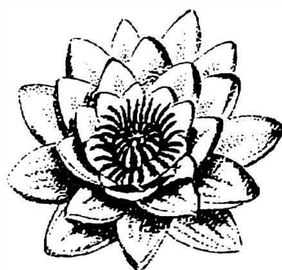
Luule Viilma

Ellujäämise õpetus

I - II osa



HAAPSALU
1995

Meediumkunstnik **Irma Ilissoni** pastellmaalid:

esikaane siseküljel - *Ellujäämise võimalus*

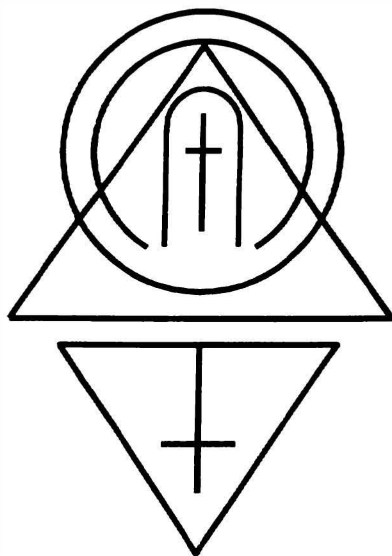
tagakaanel - *Usk, lootus ja armastus*

Need maalid **hiilgavad nähtamatu energia kogumina.**

Vaataja näeb, et nad on elavad üksused. Inimene, kes vaatab *Irma Ilissoni* töid, on võimeline **ise** endaga toime tulema, sest sealt **tuleb** igale inimesele vajalik energialiik, mis on vajalik **tema jaoks selles maises kehastuses**. *Irma* esitab Kosmilist energiat eksimatu**lt**. Mõista on igaühel endal tarvis.

Kõrvaloleval leheküljel on Raamatu Kosmiline Kaitsemärk.

Tehniline teostus: *Anne & Mart Veide*



Vaba tahte õnnistus
ja
valgustus

See raamat on kirjutatud selleks, et inimesed ise enda tervist parandada saaksid. Teadlikult on kõnekeel võimalikult lihtne, et abi igaühele kättesaadav oleks.

Andestamise õpetus on lihtne ja käepärane neile, kes tahavad oma vigu tunnistada, vastuvõetamatu neile, kes süüdlasi väljaspoolt ennast otsivad.

See raamat õpetab enese mõistmist ja enese abistamist.

Ei ole olemas halba inimest, ei ole olemas head
inimest, on inimene. Ja igal inimesel on võima-
lus saada Inimeseks. Võimaluse annab tead-
mine. Teadmise annab õpetus. Õpetus,
mis enda hinge on kaasa värelema
pannud, annab tarkuse. Aga
pähetuubitud tarkus näi-
tab vaid mõistuse
olemas-
olu.

Tar-
kus annab
inimkonnale võima-
luse ellu jääda. Uskumatu
inimene = tulevikuta inimene.
Tulevik on vabal inimesel. Inimene
on kõige rohkem iseenda stresside vang.

I osa

Armastus,
andestus
ja tervis

Ükskõik kui pikalt
kestab maine tee
vaid headuses on
kõige lõpp ja lähe.
Et head ei jätku
ütleb ainult see,
kes ise ilmas head
on teinud vähe.

Rudolf Rimmel

On tavapäraseks saanud rääkida füüsilisest ja vaimsest tervisest nii, nagu need oleksid erinevad asjad. Kuid paratamatult on praeguse aja inimene nii materialistlik, et selleks, et talle tervise taastamist õpetada, peab alustama käega katsutavatest st. füüsilistest külgedest. Igapäevane töö arstina nõuab sellist lähenemist.

Ometi peab inimene, kes on valinud mittetraditsioonilise tervenemise võimaluse, teadma, mis on tervis ja neid teadmisi kasutama. Kes loodab, et tal käeviipega haigus ära võetakse, eksib rängalt, kergeusklik aga maksab hiljem oma tervisega. Kui keegi Teie haigust käega ravides ehk energiat andes kergendab, siis ometi on see lühiajaline effekt ja vaid tagajärje likvideerimine. Nii põhimõtteliselt ravib ka tavameditsiin.

Haigust saab ravida vaid põhjust kõrvaldades, aga põhjus on sügaval Teie sees peidus. Iga inimene teab ise põhjust, aga enamik ei teadvusta seda endale.

Kõige parem ravija on endale inimene ise, kuna on pidevalt käepärast. Arsti ülesanne on õpetada, suunata, abistada ja vigadele tähelepanu juhtida. Kui inimene ennast ise ei aita, siis ei aita teda ka Jumal.

Inimene on *Vaim*, kes omab *Hinge* kaudu oma *Keha*.

Meie keha on nagu väike laps, kes on pidevalt armastuse ootel ja kui me vähegi tema üle hoolt kanname, siis ta rõõmustab siiralt ja tasub meile kohe ja heldelt. Kui inimene hommikul ärgates ütleb: *"Tere hommikust, minu keha! Ma armastan sind! Täna tuleb ilus päev."* Siis **tuleb** täna ilusam päev. Ja õhtul: *"Head ööd, minu keha! Ma armastan sind! Uni tuleb hea."* Ja uni **tulebki** parem.

Kui päike paistab siis mul on hea olla. Tegemist on passiivse nautimisega. Aga kui päike paistab ja ma ütlen endale: *"Küll on rõõm, et päike paistab!"* Siis ma olen endale andnud aktiivselt palju positiivsust. Kui sajab ja tee on võimatult porine, saab sellelegi öelda midagi sellist, mis teeb meele rõõmsaks. Isegi kõige ebameeldivamas olukorras on midagi positiivset - isegi kui see on vaid kibe õppetund.

Kes teab misjaoks seegi vajalik on?

Kosmiliselt eksisteerib põhjuse ja tagajärje seadus. Mida külvad, seda lõikad. Haigus viitab selgelt meie vigadele enda suhtes.

Kellele ei meeldi, et ta vigadele tähelepanu juhitakse ja nendest vabanemist õpetatakse, see määrab end ise vaevadele. Inimese vaim teab oma kohustusi. Nende hulka kuulub ka kohustus terve olla. See, et me

oma materiaalses negatiivsuses jätkame allamäge liikumist, tähendab kõigile halva tegemist. Inimene ei ole üksi. Haige inimene kiirgab enda ümber negatiivsust, tehes sellega teistele halba.

Seega - minu pere haigused on osalt minu tehtud. Kosmiline seadus on - kõike, mida ma teen, saan topelt tagasi. Nii nagu seaduse mittetundmine ei kergenda karistust nii võtan ma endale topeltkaristuse oma negatiivsuse eest.

Haiguse on inimene võtnud endale ise. See on tagajärg. Põhjuseks oli halb mõte.

Järgnev on neile, kes tahavad endid ise aidata.

Kõik siin ilmas on *Energia*.

Energia = Valgus = Armastus = Universum = Kõiksus = Jumal.

Kui Teile ei meeldi sõna *Jumal*, siis Te olete inimene, kes vihates pori, viskab välja ka sädeleva kalliskivi mõistmata mis see on.

Energia eri vormidega on tagatud maailma mitmekesisus.

Terviseenergia tagab tervise. Kõiksuses ei ole paigalseisu, ka terviseenergia on pidevas liikumises. Nii nagu veri voolab mööda veresooni ja lümf mööda lümfisooni, nii liigub energia mööda kanaleid. Vereringet võib kehas kunstliku südamega jätkata, aga kui energiavool katkeb, siis inimene sureb.

Energiakanalid on tavalisele silmale nähtamatud. Neid on inimkehas loendamatu hulk ja nende keskosa koondub peaenergiakanaliks, mis asub lülisamba kanalis. Nimelt sellepärast saame nimetada lülisammast keha toeks nii otseses kui ka mõttelises tähenduses.

Inimese kehas asuvad veel energiakeskused ehk *tšakrad*, mis kujutavad endast energiareservuaare, millede normaalse täitumise tagab samuti lülisamba normaalne ehk terve olek.

Iga inimene peaks oma füüsilise tervise taastamist alustama lülisambast. Meie kehaehitus on täiuslikult otstarbekas. Kõik abivahendid oma keha taastamiseks on meile sündimisel kaasa antud - silmad, et näha viga ja käed, et parandada seda. Inimese skelett + lihased on täpselt reguleeritud kangisüsteem, lihtne ja universaalne, kui me teda töökorras hoiame.

Vaadake oma keha peeglist - kui kõver ta on. Ja ärge hakake otsima

õigustusi miks ta selline on. Kui tahate terveks saada, siis peab lülisamba sirgeks saama. Niikaua kuni inimene ei mõista, et tema kehahoiakust sõltub tema tervis, ei ole teda mõtet edasi ravida - nagunii ei parane täielikult.

Lõtv keha = lõtv hing = lõtv tervis.

Ärge unustage, et ükski lüli lülisambas ei talu vähimatki teise lüli vastu hõõrdumist ja enne kui kõverust hakata sirutama, peab lülidele ruumi tegema.

Alustada tuleb lülide tõstmisest. Seda võib teha sirutusharjutustega kas püsti, põrandal lamades või istudes. Kõige parem on teha istudes kõval toolil. Pange peopesad reitele, randmekohad toetumas kõhu alaosale. Kontsentreerige oma mõte lülisambale. Alustage tõstmist õndraluust (sabaluust). Füüsilist tõstmist tugevdage mõttelise tõstmisega. Tehke seda tundega nagu kass tõstab saba püsti nii, et nimmeosa nõgusaks muutub ja ristluugi üles tõuseb. Sellega tõstame ristluu liigespinna horisontaalseks. Ainult nii saavad nimme-, rinna- ja kaelalülid kergelt üles tõusta, sest nende katusekivide asetsust meenutav tahapoole viltune asend koos sellega loomulikult kaasaskäiva tohutu lihaspingega seljas, kaob.

Kui Te veel mõttes kujutate, kuidas iga lüli eraldi tõuseb **otse** üles oma **õige koha peale** ja aeglaselt käte jõudu abiks võttes tõstate selga, võib varsti saavutada tervenemise st. õlgu tõstmata on käed vabalt sirged, hingamine on vaba ja selg on sirge. Ei ole olemas liiga pikki käsi, on liiga lühikeseks vajunud selg.

Nüüd lõdvestage õlad ja sirutage kaela, rohkem kukalt kui lõuga nii, et pingutuvad kõik ülakeha lihased. Nautige oma lülisamba sirutumist ja tundke sellest rõõmu.

Kui Te peale sellist sirutamist tõusete, tunnetate keha ja tunnete, et lülisammas on kaalutu st. kui keha ei oleks takistuseks, siis tõuseks üles - siis olete saavutanud ideaali ja peaenergiakanal on avatud. Teil on hea värske tunne. Te tunnete end kohe tervemana.

Kui sageli sellist harjutust teha? Nii sageli kui ruttu tahate terveks saada. Kes teeb üks kord päevas, kes sada korda. Igal oma eesmärk ja võimalus valida.

Tavaline inimene ei suuda sageli mõista miks sunnitakse selga sirutama kui ta tuli ravile hoopis teise haigusega. Seljahäda ei tapa, on tavaline põhjendus. Tähtis on see sellepärast, et igale lülile vastab üks organ või organite paar, millede tervis on täpses sõltuvuses lülist. Vaadates vigastatud lüli võib öelda organit nägemata, mis seal viga on. Näiteks abaluude vahel

asub VI rinnalüli - südame lüli, mille järsk põrutus, eriti kui lüli on enne juba vigastatud, kutsub esile isegi infarkti. I kaelalüli vigastus migreeni, langetõve jne.

Mida kauem on lüli olnud vigastatud, seda suuremaks lähevad aja möödudes muutused. Alles kriitilise piiri saabudes tekib valusündroom. Kui ma oleksin oma lülisammast profülaktiliselt sirutanud, poleks kriitilist piiri saabunudki.

Kontorilaua taga istujatel on selg kõige sagedamini kõverdunud, sirutamist vajab 5-10 korda päevas. Kui suurt raskust tõstate või kukute, siis kohe peale seda. Ka sporditreening peaks algama ja lõppema sirutusega.

Eriline probleem on traumeeritud luud.

Kui 30-40 aastat tagasi oli kindel, et laps tavalise kukkumisega end ei vigasta, siis nüüd on olukord vastupidine. Laste luukude on mineraalide, eriti kaltsiumi puudusest nii habras, et sirgete lülisammastega lapsi annab otsida. Noori veelgi enam. Kogu maailm kannatab rafineeritud toidu tõttu mineraalainete nappuse käes ja muutub aina põduramaks.

Iga inimene peaks tarvitama, sõltumata east, looduslikku kaltsiumi - munakoori. Eriti kasvavad lapsed, rasedad, need kellel on olnud luude traumasid ja vanad, kellel on enamikul juba luude hõrenemine. Hormoonravi saanutel on luude hõrenemine sageli saavutanud äärmusliku iseloomu, ometi ei tarvita nad kaltsiumi.

Lastele antakse rahhiidi vastu D-vitamiini. See on nagu piits väsinud hobusele, kellele kaeru ei anta. Kaltsiumi on ka vaja. Kaltsiumi ainevahetust reguleeritakse kõrvalkilpnäärmetest, mis asuvad kilpnäärme tagapinnal. Energeetiline regulatsioon tuleb seitsmendast kaelalülist. Järelikult, kui soovite, et luud oleksid tugevad, siis sirutage pikaks ka oma kael. Ja ei ole vaja karta ateroskleroosi (veresoonte lupjumist). Vastupidi!

Kui Te keedetud (puhtuse pärast), kuivatatud ja kohviveskis purustatud munakoori võtma hakkate, siis öelge neile mõttes: *"Minge nüüd ilusti minu luid tugevdama ja võtke möödaminnes need mittevajalikes kohtades asuvad soolad endaga kaasa!"* Nii võib vabaneda ateroskleroosistki. Kõik algab mõttest, ärge unustage!

Täiskasvanute annus oleks 1 kuhjata teelusikatäis päevas 6 kuud aastas, haigetel pikemalt. Kasvavatel lastel on pidev suurenenud kaltsiumi vajadus. Praegu on müügil juba suhteliselt head looduslikku dolomiiti sisaldavad tabletid, mida on mugav kasutada. Nende energeetika ei ole muidugi

naturaalse munakoorega võrreldav.

Võib tunduda naljakas, aga selja sirutamine aitab isegi paha tuju ja väsimuse vastu. Needki on ju vaid negatiivse energia ilmingud.

Miks tuleb pehmel sohval istudes kergesti uni? Sellepärast, et peaenergiakanal vajub kinni ja minu keha vajab und kui energia taastamise võimalust. Sama on auto- ja bussisõiduga.

Õpetage lülisammast sirutama lapsi ja noori. Sirge seljaga inimene ei vanane nii ruttu. Ärge oodake niikaua kuni selja patoloogia on ületanud kriitilise piiri. Alustage kohe!

Selline oli väga lihtne selgitus kehas oleva energiavoolu ja selle takistusest tingitud häirete kohta.

Aga kust tuleb energia?

Nagu eespool öeldud: Kõiksus = Jumal = Energia. Järelikult energia tuleb meile kõiksusest, Jumalast. Seda antakse meile meie sünni õigusega. Kõige suurem vastuvõtlikkus on meil magades, sest siis on meie hing puhas. Meie enda teha on kuidas me seda energiat hoiame - suurendame või hävitame.

Mõelge oma elu peale. Kui palju on sündmusi, mis meenutades soojendavad südant ja kui palju on neid, mille puhul hingel hakkab raske. Ja nüüd kujutage ette, et kõigi sündmustega olete seotud nähtamatu niidi ehk energiasideme abil. Kui palju valgeid - positiivseid - ja kui palju musti - negatiivseid!

Ühed sündmused annavad jõudu ja teised võtavad. Neid nimetatakse elusündmuste pingeteks ehk stressideks. Üldiselt teatakse, et on stressidest tingitud haigused, aga kas Te suudate uskuda, et **kõik** haigused on põhjustatud stressidest?

Lihtne näide: kunagi lapsepõlves ütles keegi teile ühe paha sõna. Nüüd iga kord, kui

- kas Teile öeldakse nii
- või Teie ise ütlete
- või Teie kuuldes öeldakse kellelegi
- või isegi filmis näete kedagi seda kellelegi ütlemas

- on see nagu Teie isiklik probleem, sest käivitub uuesti seesama negatiivne side. Ehk piltlikumalt - iga kord kukub tilk Teie kannatuste karikasse niikaua kuni karikas on täis.

Mida negatiivsem on tunne, seda suurem on tilk. Ja üle ääre valgunud loik on haigus. Mida suurem loik, seda suurem haigus.

Nii seletatult peaks olema selge, miks ühest sõnast võib tulla infarkt. Infarkt või ükskõik mis teine haigus on kriitilise piiri ületamine ehk viimane tilk karikasse. See on energia materialisatsioon. Sellele situatsioonile järgneb tavaline järeldus - keegi põhjustas kellelegi infarkti. Järgneb kaasatundjate viha *"süüdlase"* vastu ehk negatiivsusele (infarkt) lisatakse veel hulgaliselt negatiivsust (viha, kättemaksuhimu). Kas infarktihaige saab paraneda? Ei saa!

Räägime olukorda selgemaks veel ühe primitiivse näite varal:

Seisavad ja ootavad kedagi neli inimest. Järsku üks ütleb: *"Rumal."* Kolm kuulevad seda. Esimene hakkab pisaraid neelama ja on õnnetu, et talle nii öeldi. Teine arutleb: *"Miks ta nii ütles? Mis ma talle teinud olen? Äkki ..."* jne. Ja närvipinge tõuseb. Kolmas hakkab naerma - teda see ei puuduta. Aga tegelikult see inimene ütles endale selle sõna, sest talle meenus, mis ta ise oli unustanud.

Mis juhtus? Kaks inimest tekitasid ise ilma põhjuseta negatiivse sideme ja stressiahel hakkas tööle. Kes oli hea ja kes oli halb? Kolmas oli hea, sest tema endale stressi ei tekitanud.

Kas üldse on olemas absoluutselt head või absoluutselt halba? Ei ole. Kõik on suhteline. Ühele hea, teisele halb. Sõltub kuidas ma olukorda hindan. Ärge otsige süüdlasi vaid teadke - **kõik algab minust**.

Kui minul on halb, siis olen ma ise selle enda sisse võtnud.

Sarnane tõmbab sarnast - see on kosmiline seadus. Kui minus on hirm haigeks jääda, siis ma jään. Kui ma kardan varast, siis ta tuleb. Kui vihkan pettust, siis kutsun petiseid enda ligi. Kui minus on viha, kadedus, süütunne, kahetsus, haletsus, siis tõmban ma enda ligi viha, kadedust, süütunnet, kahetsust, haletsust. Jne.

JÄRELIKULT: kui inimene on haige, siis ta juba on võtnud halva endasse ja teinud sellega oma kehale halba.

See halb mõte, mis on minu sees, teeb halba alati ja õigustusi minu keha ei vaja.

Nüüd on ainuke võimalus - vabaneda sellest halvast. KUIDAS ?

ANDESTAMISE ABIL !

Negatiivne side vabaneb kui ma ütlen:

1. *Ma* **annan sulle andeks**, *mis sa mulle tegid.*
2. *Ma* **annan endale andeks**, *et ma selle halva endasse võtsin.*
3. *Ma* **palun oma kehalt** *(organilt)* **andeks**, *et ma sellega oma kehale halba tegin.*
4. *Ma armastan oma keha (organit).*

Kui ma ise olen halba teinud (ka mõttes), siis palun andeks, kellele halba tegin. Annan endale andeks, et nii juhtus.

Kas mõistsite õigesti? Vabastada ehk andestada tuleb sideme mõlemale otsale.



Mina on minu Hing. *Minu keha* on *Minu* oma.

Esimene side (1) on *minu* ja halva vahel. Teine side (2) on *minu* ja *minu keha* vahel. Mõlemad võib vabastada kui ma täiuslikult seda soovin.

Inimene peab endale aru andma oma teost. Kõik mis ma teen teisele, selle saan ma topelt tagasi - teen head, saan topelt tagasi, teen halba, saan topelt tagasi. See, kui inimene halba tehes murrab kukkudes luu, tähendab väikest karistust väikese süüteo eest. Tal on õnn seda saada kohe. Suur patt tuleb tasuda hiljem, ka järgmises elus. Kes oigab oma raske saatuse pärast, see mõelgu, et see on lunastus eelmise elu pattude eest. Kui inimene teeb mõtlematusest halva teo, tuleb karistus, aga kui teeb teadlikult ja sihilikult, siis tuleb suur karistus. Eriti sageli on praegusel ajal sajatusi, needusi, kahjurõõmu, kuritegusid. Karistus ootab aega.

Olgu öeldud veelkord - põhjusele järgneb tagajärg iseenesest. Ärge vihake neid kurjategijaid, vihaga Te teete endale halba. Nemad võtavad ise omale varem või hiljem karistuse.

Kui paluda oma eelmise elu pattude eest andeks ja anda endale andeks, et siiani ei ole seda osanud, siis saab vabaneda eelmise elu patust. Probleem on ainult selles, et leida selgeltnägija, kes vaataks eelmist elu.

Ideaal on see, kui inimene mõtleb ettepoole, mitte taha. Tuleb pahateod jätta tegemata või andeks paluda kohe, kui olen tahtmatult midagi teinud või isegi mõelnud. Ei saa elada lootuses oma eelmise elu vigu parandada hiljem kellegi abil. Mis täna tehtud, see homme hooleta.

Mõte on tegu.

Mõttes andestamine on sama tugeva mõjujõuga kui sõnades häälega andestamine. Mõttes töötamine annab mulle võimaluse andestada kõigile sõltumata ajast ja kaugusest. Eilne päev on andestamiseks sama kaugel kui lapsepõlv või eelmine elu.

Kui ma andestan kogu hingest, siis vabaneb side kohe ja täielikult. Kui ma ei oska oma mõtet kontsentreerida, siis tuleb korrata kuni tunnen, et seda probleemi minu jaoks enam ei ole.

Võib-olla eelnevast juba mõistsite, miks ei tohi kunagi küsida: *"Aga tema on ju süüdi, miks mina pean andestama?"* Mina pean sellepärast, et minule teeb see halba. Ja tema võib-olla ei teinudki halba, vaid minu meelest oli see halb.

Missugune on suurim patt maailmas? See, et inimene ei oska andeks anda!

Andestamist ei saa alati võtta lihtsustatult. Kui mul on halb, siis tuleb endalt küsida: *"Miks mul on halb? Mis teeb mulle halba?"*

NÄITEID.

1. Inimesed tülitsevad omavahel, aga minule tekitab see halbu tundeid.

- Ma annan teile andeks, et te oma tüliga mulle halba teete.

- Ma annan endale andeks, et ma selle enda sisse võtsin.

Nii andestades saate imestades näha, et tüli lõpeb kohe.

2. Keegi haigestub, mul on mure ja hirm.

- Ma annan haigele andeks, et ta oma haigusega mulle haiget teeb.

- Ma annan endale andeks, et ma selle enda sisse võtsin.

Inimene on võtnud endale kohustuse muretseda. Kes ei muretse teise pärast poleks nagu õige inimene. Aga mure - see on negatiivsus. Järelikult tuleb murest ja temast tekitatud halvast vabaneda. Laste ravimisel on see andestamine ideaalne. Ma vabastan sellega lapse ja enda vahelt minu tekitatud negatiivse sideme, mis kurnas meid mõlemaid. Kopsupõletik paraneb lapsel 3-4 päevaga ravimiteta.

3. Keegi sureb.

- Ma annan surnule andeks, et ta oma surmaga mulle haiget teeb.

- Ma annan endale andeks, et ma selle enda sisse võtsin.

Nii parandame tavaliselt oma vea, kuna me ei ole surnu vaimu vabaks andnud. Head teeme nii endale kui lahkunule. Väga sageli jäävad leinajad haigeks, sest nuttes teevad nad halba lahkunu vaimule. Vaim tahab ja peab vaba olema. Inimene, kes suri, tahtis surra. Ta tahtis vabadusse. Surm on meeldiv kogemus. Kõik, kes on olnud kliinilises surmas, teavad seda kinnitada.

4. Keegi teeb head, ma tean seda, aga mulle see ei meeldi. Mulle ei ole tema hea praegu vajalik. Minu karma lunastuseks on praegu vaja nimelt seda halba, mis mul on. Teise eest kõik ette-taha ära teha tähendab talle halba teha. Ei tohi teiselt ära võtta elukogemust.

- Ma annan sulle andeks, et sa oma heateoga mulle halba teed.

- Ma annan endale andeks, et ma selle enda sisse võtsin.

Selline situatsioon on sageli vanemate ja laste vahelistes suhetes.

Kõige rohkem armastab ühte inimest tema laps. Ja kõige rohkem haiget teeb lapsele ta ema. Miks? Põhjus on lihtne.

Laps tunneb oma ema paremini kui ema ise. Ta vaatab katkematult oma ema 9 kuud. Tema, puhas vaim, teab-näeb-mõistab kõike. Ema teda mitte. Enamik emasid mitme viimase põlvkonna vältel pole osanud oma sündimata lapsega suheldagi kui elava inimesega. Nüüd laps sünnib. Ja hakkab kuulama, mis ema räägib ja nägema, mida ema teeb. Need kolm kardinaalset erinevust tekitavad lapse hinge lõhestumise, negatiivsete sidemete tekke, millele järgneb negatiivsuse kuhjumine.

Ja ometi ei ole meil mingit õigust süüdistada oma ema, sest mina ise valisin tema oma emaks kui vaimumaailmas olles tundsin vajadust tulla Maale oma karmat (saatuse võlga) lunastama. Vaid see ema on sobiv minule. Vaid nende raskuste läbi, millised ma selle ema lapsena läbin, saan ma oma karma lunastatud.

Analoogne on olukord isadega.

Andke oma emadele ja isadele peensusteni kõik andeks, isegi siis, kui nad on lahkunud siit ilmast. Te olete neid väärt. See on ka Teie karma, mitte üksi nende oma.

Kui keegi ei mõistnud seda seletust, siis selgituseks veel järgmist.

Inimene on **vaimne** olend, kes kehastub Maal sellisena, nagu me endid näeme selleks, et saada oma patud lunastatud. Seda halba, mida me praegu teeme, tuleme me ikka ja jälle lunastama, võttes iga kord uue keha, mille ära kulutame ja mis siis põrmuks muutub.

Ka eelmiste elude sündmustega oleme me energiasidemetega ühendatud. Ka neid saab vabastada andestamise abil.

Enamikul tänapäeva inimestest on veel sünnistress. Loode, vastsündinu on puhashing. Tema ees peaks täiskasvanu tundma pühadusetunnet, hoidma ja armastama teda. Aga tegelikult!?

Raseduse ajal tegeleb ema kõige muuga, mitte jumalikult targa ja tundliku olendiga. Ja kui sageli kahtleb - kas sünnitada või teha aborti. Kujutage praegu missugune ahastus Teil oleks kui teaksite, et praegu plaanitseks Teie ema Teie surma. Aga loode ju näeb seda nii.

Siis tuleb sünnitus. Ema oigab **oma** valude pärast, ämmaemand kiirustab **oma** töö pärast, arstil **oma** probleem mõelda - missugust rohtu süstida. Aga laps mõtleb ja palub: *"Armastage mind, palun, siis ma saan hästi ilmale tulla. Armastuseta olen ma jõuetu, nagu teiegi, kes te kardate valu, kiirustate, rabelete."*

Kõikvõimalikke stresse koorub välja sellest perioodist. Kui lapsega iga päev rääkida kasvõi hetk, siis tähendab see, et teda pole üksi jäetud, teda armastatakse, hoolitsetakse, toetatakse. Laps ei ole enam hirmunud protestija. Ta on kõrgem vaimne olend, kellel puudub vaid materiaalse elu kogemus - see, mis täiskasvanu vaimset väärtust kahandab.

Seega kõik algab emast! Ja isast! Paluge oma lapse käest andeks, et Te

ei ole teda hoida ja armastada osanud nii nagu **tema** vajas. Ja andke endale andeks, et nii juhtus.

Laps! Anna oma vanematele need samad puudujäägid andeks.

Laste olukorda peab selgitama ja rõhutama veel eraldi. Kui kellelgi on raske, siis on seda lastel. Nende õnn on ainult see, et nad ei võta endasse maailma kurjust, nende puhtus kaitseb neid. Kahjuks voolab maailma kurjus neisse vanemate kaudu. Tüüpiline on, et vanemad süüdistavad ühiskonda, kooli ja mida kõike veel selles, et nende laps on närviline, tasakaalutu, nutune, depressiivne. Selles kõiges on tõetera. Ja ometi algab lapse hingetrauma kodust. Kui ema tuleb õhtul töölt väsinud ja tüdinud ja laps pahaaimamatult jalgu jäädes võmmu saab, siis ongi ema lapsele haava hinge löönud. Füüsiline valu selle kõrval on tühine.

Kui paljud teist paluvad lapse käest andeks selgitades, et **laps** ei ole süüdi, vaid **mina**, kes ma raskest tööpäevast kärsituks muutusin. Ka see laps, kes ei oska veel rääkidagi, saab sellest aru õigesti - ema on see, kes ta on, räägib sedasama mis on ja käitub vastavalt sellele, mis on. Laps ei vaja kaunistatud maailmapilti. Laps vajab tõde. Andeks paludes me oleme ausad.

Laps vajab nii ema kui isa. Ta armastab mõlemat, sest on nad ise valinud. Aga kui üks nendest on alkohoolik, on peres konfliktid. Üsna tavaline on, et "*hea*" lapsevanem hakkab lapsele mustama "*halba*". Õpetamise eesmärgil, öeldakse. Toimub halva muutmine väga halvaks. Väga halb lapsevanem hakkab vihkama isegi oma last. Ja lapses tekib hirm. Hirmu maagia on võimas. Ärge kunagi unustage, et lapse **igale** haigestumisele eelneb stressisituatsioon, ka gripile ja teistele nakkushaigustele. Nakkus tungib kallale ainult sellele, kelle keha on stressist nõrgestatud. Kroonilised haigused on lastel, kellel on pidev stress (sageli hirmu sündroom vanemate ees). Näiteks öine voodimärgamine, juuste väljalangus, angiinid...

Ärge öelge, et **minu** lapsepõlv oli palju närvilisem kui minu lapse elu. Laps ei ole **Teie**! Tema vajadused on erinevad Teist, tema elukogemus on teistsugune. Kogu maailma negatiivse fooni tõusule lisandub meie igaühe isiklik negatiivsus ja meie laps lihtsalt **ei suuda seda taluda**.

Tundes, et olukorda peaks parandama, alustage iseendast. Kui tahate teada, mis teha kui abikaasa on alkohoolik, siis teadke, et alkoholism tekib alaväärsuskompleksist. Alustage andestamisest ja paluge lapselt andeks, et olete talle ema või isa alavääristanud. Kerge on hukka mõista, raske on mõista.

Ja Teie konfliktid hakkavad nagu imeväel kaduma.

Mitte süüdistada, vaid andestada on vaja.

Andestada saab ka sündmustele - traumadele, avariile, kukkumisele, operatsioonile jne.

Andestada saab samuti emotsioonidele - valule, hirmule, kahetsusele, süütundele, ohutundele, halva eelaimusele jne.

Isegi halvale iseloomujoonele saab andestada. Lülisammaski või eraldi väike haige piirkond lülisambas tõuseb sirgeks kergemini kui ma palun temalt andeks, et kukkumistega (või raske tööga) olen talle halba teinud. Ja annan endale andeks, et nii juhtus. Nii katkeb negatiivne side, mis minu lülisammast kiiva kisub ja lüli nihkub meelsasti oma paigale. Mina andsin talle vabaduse. Lüli, omades teadvust nagu iga teinegi organ või rakk minu kehas, nihkub õigele paigale. Andeks võib anda igale lülile eraldi. Kui ma tean, et üks konkreetne lüli on vigastatud, siis räägin nimelt temaga. Ja tema kuuleb.

Iga inimene on ainulaadne. Iga organ kehas talletab endasse sellele inimesele omase stressi. On võimalik vabaneda kõikidest stressidest, kuid selleks peab kasutama selgeltnägija abi. Soovides ise seda teha, tuleb küsida endalt: *"Mis mind praegu vaevab?"* Ning andestada sellele, mis vaevas. Küsida uuesti. Nii võib korrata väga pikalt. Stresside puuduse üle tänapäeval vaevalt et keegi nuriseda söandab.

Küsimus: Mida teha stresside vältimiseks?

Vastus: Ette andeks anda!

Näiteks: Ma pean minema ebameeldivasse kohta. Ma ütlen: *"Ma annan teile juba ette andeks, kui te minu suhtes midagi halba plaanite ja ma annan endale andeks, et minu hinges selle halva jaoks ikka veel ruumi on. Ma armastan teid, aga ma armastan ennast ka."*

Minu enda probleem on kas ma teen seda kogu oma hingejõuga või mitte. Suured äritehingud on võimalik sellisel kombel ära korraldada. Ette andestades on isegi kindlat autoavariid välditud.

Küsimus: Mida teha kui siiani olin pidanud teist nii suureks süüdlaseks, et andestamine tundub ülejõukäiv?

Vastus: Alustage sellest, et palute endalt andeks, et teise tekitatud halva endasse võtsite ja sellega enda kehale halba tegite. Andke endale andeks, et nii juhtus.

Nii saab hing kergemaks ja edasine andestamine lihtsamaks.

Andestamisega ma avan ennast heale, usun hea olemasolu ja annan oma kaitsevaimudele võimaluse end aidata.

Kas mõistsite, miks on korduvalt õpetatud ütlema: *"Ma armastan sind?"*

Armastus on positiivseim tunne, ta sisaldab kõike head. Seepärast võrdsustub ta Jumalaga. Armastades haigust - negatiivsust, lisame me talle armastust - positiivsust. Negatiivsus väheneb. Mida rohkem armastust, seda rohkem väheneb. Siis kaob. Katsetage.

Öelge valutavale kohale: *"Ma armastan sind."* Lugege mitu *"armastan"* sõna vajab Teie valutav koht. Nii palju olete Te talle armastust võlgu.

Edaspidi ärge korrake omi vigu. Armastage oma keha, siis saate positiivsemaks. Mõjudes ümbrusele paremini, muutub Teie läbi paremaks kogu Maa, kogu Kõiksus. Mis siis, et vähe. Kui tahate, et Teie juurde tuleks armastus, siis öelge südamest igale vastutulijale, ka kõige põlastusväärsemale: *"Ma armastan sind."* Kõik, mis Te teete, saate topelt tagasi. Teie hing täitub armastusest. Aga sarnane tõmbab sarnast ligi...

Kõik eelnev oli selleks, et tõestada väidet: inimene on nii terve kui ta tahab olla. Kasutades neid õpetusi, Te tõestate endale, et tahate. Siis tuleb ka tervis. Mitte kunagi ei ole hilja alustada.

Jõudu!

Valgust!

Armastust Teile!

Dr. Luule Viilma

II osa

Valguse tõde
ja
inimkeha filosoofia

Oma läbielamisi tuleb
sul lihvida nii, nagu
lihvitakse teemanti -
tema enda tolmus.
Sa oled ise kalliskivilihvija
ja oma elusõrmuse
kullasepp.

Bô Yin Râ

ARMASTUS - ELU LOOJA

Mis on Armastus?

Keegi ei oska täpselt öelda, aga igaüks teab. On palju ilusaid ütlemisi suurtelt sõnameistritelt ja ometi on kõik ebatäpsed.

See mõiste kutsub esile väga erinevaid emotsioone ülevoolavast rõõmust nutupisarateni välja, sest kõik tunnevad, et ilma armastuseta elada ei saa ja seepärast inimene püüdleb armastuse poole.

Inimvaim oma algupärasuses on Keskse Armastuse ehk Jumala looming ja seepärast ta tunneb armastuse ära ka siis, kui ükski füüsiline inimene teda armastanud pole.

Armastus, mis eksisteerib lõpmatuses, on kui Päikese valgus ilma milleta Elu oleks võimatu. Nii nagu mõni ei talu päikest, nii ka paljud ei taha Jumala armastust teadlikult vastu võtta, olgugi, et eksisteerivad ainult tänu temale. Sest nad ei ole veel läbi enese äratundmiseni jõudnud, kuna on Jumala kas unustanud või ära salanud. Kogu negatiivsus inimeses on armastuse puudusest, ka haigused.

Materialism on inimkonna suur õppetund, mis on tunded vangitsenud. See vaimupimeduse hetk on väga vajalik, et inimkond oskaks hinnata

valguse tõde,

et inimkond oskaks ja tahaks vaimus vabaneda.

Võtke see õpetus teadmiseks ja enda hüveks kasutamiseks. Laske ta oma hingest läbi, et mõistaksite, siis tuleb usk mõtte jõusse ja oskus seda kasutada.

Õpetus kasvab Teie kasvades - aga Te kasvate iga lugemise korraga.

Kes armastab ajaviitekirjandust, sellele see raamatuke ei sobi.

JUMAL = ARMASTUS

USK HEASSE = USK JUMALASSE

Mis on tervis?

Teie olete haige ja mina olen arst. Kui räägiksime õige tervisest, terve olemisest, haiguste väljaravimisest.

Kas Te teate, mis on tervis? Mulle tundub, et Te ei tea.

Miks ma nii ütlen? Kui teaksite, siis Te ei oleks haige.

Ka mina olen haige olnud, palju ja raskelt. Mitmeid kordi surmast tagasi tulnud ja tean, mida räägin.

Arst ei saa tervist anda, keegi teine ei saa seda anda. Teine saab küll lühiajaliselt vaeva kergendada, aga tervis tuleb siis, kui Te olete aru saanud oma haiguse põhjusest. Kõrvaldate haiguse põhjuse, hakkate õigesti elama ja saategi terveks. Ja vigu parandama ei ole keegi hiljaks jäänud.

Nii lihtne ja keeruline see ongi. Aga seda peab õppima.

Kõigepealt me peame rääkima nii, et mõistaksime teineteist. Ainult Teie kaasanoogutamisest ei piisa. Seepärast tutvume selleks otstarbeks vajaminevate vaimuteaduste hädapäraste põhitõdedega ja Jumalike loodusseadustega.

Kas see tundub Teile liiga pingutav? Lootsite, et häda käega ära võetakse? Käega vehkimine tundub Teile usutav, aga sõna jõud ebausutav? Aga et see on üks ja seesama, seda ei usu!

Andke andeks, aga Te tulite valesse kohta - Te peate minema polikliinikusse. Ah tulite sealt! Keegi ei taha Teid aidata?

Tõsi mis tõsi - isegi Jumal ei aita, kui inimene ennast ise aidata ei taha.

Ah püüate, kui teisiti ei saa. Häda ajab härja kaevu?

Ajab tõesti. Ja teisiti ei saa!

Lühidalt Jumalikest loodusseadustest.

Kaasaegset inimest ärritab sageli sõna Jumal, kuna Tema tegelikku olemust ei ole püütud sügavuti mõista või on seda tehtud vääriti. Rumala õigus on eitada tõde.

Praegu on moodne rääkida: "*See on Sinu Jumal ja see on minu Jumal.*

Ja kõigil on õigus. Ära sunni oma arusaama Jumalast teistele peale, sellega ahistad teisi."

Sundimine on viga, aga ülejäänule julgen vastu vaielda. Jumal on siiski ainuke ja lõputu struktuur oma ehituses ja ta on üks meile kõigile. Erinev on ainult Jumala TUNNETUS ja sellele äratundmisele me jõuame igaüks ise. Seepärast räägime, et *minu Jumal algab minust*, sest kõik, millega mina Jumalat mõjutan, algab minust. Mõttevahetused Jumalast on nagu kõik õppetunnid - nad loovad tarkuse. Arvamus, et oma tundeid ei tohi teistele avada, on tänapäeval ekslik ja räägib sellest, et kartja soovib alateadlikult varjata oma eelmiste elude karmavõlgu.

Jumal on Kõiksus.

Kõik olemasolev moodustab Jumala. Järelikult ei ole midagi väljaspool Jumalat ja Jumal ei ole miski meist väljaspool asuv jõud, mis meie elu korraldab. Kogu elu on üks tervik.

Piiblist on väljend: inimene on Jumala looming, tema näo järgi loodud. Mida see tähendab?

Kui Kõiksust ehk Jumalat mõtteliselt vähendada, saame inimese. Aga kui inimest lõputult suurendada, saame põhimõtteliselt Jumala. Selles on ülekantud tähendus.

Jumal on meri, inimene on tilk meres. Meid ei saa lahutada Jumalast. Kui me tunneme end eraldatuna, siis see tähendab, et me oleme end oma mõtetega temast lahti rebinud, mitte et Jumal oleks meist lahti öelnud.

Iga Inimene on unikaalne ja kui me tunnistame jumalikkust iseendas, algab muutus ka meie füüsises.

Loodus on Jumala kolmainsus.

Vaim, Hing ja *Keha* on lahutamatud.

- *Vaim* on loov arukas liikumapanev jõud. Tahtes head, liigume kiiresti edasi. Olles rahulolematu või pahatahtlik, seisame paigal või tiirutame kohapeal, et leida õiget teed. Elus tagasiminekut ei ole. *Vaim* on idee, ta on nagu seeme, mille paneme mulda. Armastusega seemet külvates, kasvab tugev taim. *Hing* kannustab

tagant, sunnib edasi minema, ei anna rahu, kui see on positiivne.

- *Hing* on alateadvus. Ta töötab *Vaimuga* ehk ideega nagu seemnega. *Hing* on nagu mullapinnas, kus kasvab taim.

- *Keha* on see taim

Vaim ja *Hing* on tunnete tasand. *Keha* on füüsiline tasand. Kuni oleme inimesed, on meil keha, tunded ja mõtted. Kui taim kasvab tugev, siis saab sealt hea seemne. Hea taim kasvab siis, kui kasvatajal on head mõtted.

Mõtted on selleks, et korrigeerida tundeid vastavalt ajastule, kus me momendil elame. Mõistus on füüsilise tasandi väljendus - ta kohandab meie elu vastavalt vajadusele. Taim, mis kasvab Eestis, on hoopis erinev taimest, mis kasvab Lõuna-Ameerikas, vaatamata sellele, et seeme on pärit sealt.

Karma seadus.

Iga inimene omab valikuvabadust. Inimene kannatab niivõrd, kuivõrd tal puudub kontakt maailma harmooniaga. Inimene on Jumalas püha kõigis oma soovides, ka siis kui tahab halba. Ta peab ainult teadma, et põhjusele järgneb tagajärg nagu kuriteole järgneb karistus.

Need karistused oleksid nagu võrreldavad maiste seaduste paragrahvidega selles osas, et mida raskem kuritegu, seda pikemalt karistus toimib - näiteks järgmisesse või ülejärgmisesse elusse või veel kaugemale.

Õppimise seadus.

Sünnime füüsilisse maailma, et õppida maiseid tarkusi. Kõik siin on õppimine ja õppida võib väga erinevalt.

Keha teadvus on Vaimu teadvuse osa. Kõik füüsilise elu kogemused talletuvad vaimus igavesest ajast igavesti. Mida rohkem me elu jooksul õpime, seda targemaks saab vaim. Mida rohkem tarkusi vaimul on, seda rohkem temalt nõutakse. Geeniused on kõrged vaimult - nad on eelmistes eludes juba targaks saanud ja nüüdses elus on seadnud elu talle veel suurema takistuse teele. See, kes oma eluülesande õigesti lahendab, see on tõusnud Vaim.

Elu on Vaimu areng. Kes imetleb oma tugevat füüsilist jõudu ja vaimu arendada ei taha, see rikub loodusseadusi. Kes tahab vaimuinimesi endale

allutada, et näidata oma füüsilist vägevust, saab seda teha ainult [illegible]iselt. Vaimu ta allutada ei saa, kui vaim ise end ei alluta. Aga allutaja füüsis oma vägivaldsusega on oma teoga oma keha juba hävitama hakanud. Tema enda keha allub vaimule ja oma vaimust lahti ei saa ta enne oma füüsilise keha surma. Aga energeetiline side püsib igavesti.

Polaarsuse seadus.

Universumil on kahepoolne olemus ehk maailm on üles ehitatud polaarsuse põhimõttel. Tervik, sõltumata tema väljendusvormist, on kahe vastaspooluse ühendus ehk iga asi koosneb positiivsest ja negatiivsest, heast ja halvast, soojast ja külmast, valgest ja mustast jne.

Ka kõigile nähtavaile vormidele vastab nähtamatu vastaspool.

Külgetõmbeseadus.

Sarnane tõmbab sarnast. Hea - head, halb - halba. Ja külgetõmmatav vastaspool võib olla esmapilgul nähtamatu.

Mida kauem kaks halba koos on, seda rohkem nad teineteisest õpivad ja vastavalt, kas muutuvad mõlemad paremaks - õppisid õppetüki selgeks - või mõlemad halvemaks - ei osanud õppetükki mõista.

Andestamise seadus.

Eksisteerib ainult igavene Praegu. Aeg on suhteline mõiste - see mida praegu teen jääb igaveseks olema ja mõjutab tulevikku. Kõik, mis minevikus tegin, mõjutab ka tänast ja homset. Järelikult - midagi ei kao kui ma oma vigu parandada ei taha.

Jumal ei tea, mis tähendab, et ei oska. Jumalikud tarkused ehk seadused on alati kõigile kättesaadavad olnud. Nad on iga inimese vaimus, tuleb vaid oma südamest need leida.

Olla täiuslik - see tähendab mitte haletseda möödunut ega karta tulevikku, vaid juba olevikus kõik õigesti korda teha. Võtmeks haletsemisest ja kartmisest vabanemisele on üldine andestamine.

Andestamine ei tähenda, et Te õigustate möödunut. See tähendab vabanemist. Vabaneb ainult see, kes mõistab, et on teinud vea ja selle

mõistmise läbi ta ongi saanud targemaks.

Inimene ei valda täielikku armastust - järelikult teeb ta vigu ja vajab seetõttu andestamist.

Taassünni seadus.

Surematus ei ole usk - see on Universumi seadus. *Vaim*, inimese tõeline olemus, on igavene.

Jumal teab ainult elu, surm on temale tundmatu. Aga kuna elukorraldus Maal, vastavalt inimvaimu eksimistele, on korraldatud tsüklitena, siis meie esiisad käsitlesid seda lõplikuna, sest nii on see mõistetav inimlikule mõistusele, see on talle iseloomulik.

Surm on läbikäidud etapi märgistus. Surmahirm on inimese rumaluse mõõdupuu ja läänemaailma oskamatus elu õigesti näha. Iga keha, kes sureb, tunneb õndsust. Nii nagu purunenud tass jääb tassiks, nii ka inimvaim jääb vaimuks.

Jumal on üks.

Ei eksisteeri alternatiivset - kurjuse - jõudu. Kui eksisteeriksid erinevad vastandlikud energiad, siis ühine energiaväli - Jumal - laguneks. Kõik me oleme temast ja loodud vaimsest algest. Meid ei saa lahutada sellest tervikust. Aga tervik koosneb positiivsest ja negatiivsest, heast ja halvast.

Inimene kujundab oma mõtetega omale Kurja.

Maailma kurjus muutub nähtavaks ainult kurjale inimesele. Lugematud kohtumised kurjade, pahatahtlike, hirmutavate vaimude või kõrgemate maailmade tulnukatega on sellest, et inimene, kes nendega kohtub on ise kuri, pahatahtlik või hirmunud. Sarnane tõmbab sarnast.

Vaimuseaduste loovus.

Elu on energiate voolamine. Seda voolu saab reguleerida loovalt.

Vaimu arenemiseks on vajalikud:

- **usk** - avab ukse minekuks,
- **tahe** - annab jõu ja soovi minna,
- **teadmine** - annab oskuse liikuda õiges suunas,
- **lootus** - annab tiivad,
- **andestus** - annab vabaduse,
- **armastus** - annab tugevuse,
- **palve** - aitab suunata vaimsete energiate vooge, eesmärgiga luua Jumalaga loov liit.

Palve jõud.

Palve on ülisuur energia, mille õige kasutamine annab soovitud tulemuse.

Palvetada tuleb nii, et alati ollakse ise tegevuse keskmes - palutakse endale seda, mida ise vajatakse. Teisele ei paluta, kuna me kunagi ei tea, mida teine vajab. Me vaid arvame teadvat. Kui palume teisega seoses, siis vaid enda olukorra parandamiseks, so. seda, mis teise hädaga seoses mind puudutab. Ka lapse eest paludes palume lapsele heaolu, mis aitab paluja hingerahu taastada.

Palves on viis tarvilikku osa:

1. **Pöördumine Jumala poole.**
2. **Jumala ja enda ühtsuse tunnistamine.**
3. **Positiivne soov.** (Alati tuleb paluda jaatavas vormis: "*Aita mind terveneda*" mitte "*Aita, et haigust ei oleks*".)
4. **Tänu tehtu eest.** (Iga sõna, mis on tulnud Teie mõttest, on juba jõudnud Jumalani ja iga palve täitmine on käivitunud enne veel, kui Te palvetamise olete lõpetanud.)

5. **Oma soovi andmine Jumala kätte** ehk probleemi vabaks laskmine.

Palve täitumise määrate ise kogu oma õige elamisega. Võib juhtuda, et Teie palve Teie meelest ei täitu. Aga Teie kõrval pahelise inimese palve täitub. Kui paheline inimene on oma õppetunnid saanud, õiged järeldused teinud ja on õiges suunas teel, siis ta on suure heateo teinud ja seepärast tema soov täitub. Ta on palunud siiralt. Aga Teie palve ei ole olnud nii tugeva hingejõuga ja ju Te olete palunud rohkem kui vajalik. Ning eelnevad õppetunnid olete jätnud õppimata.

Ei pea olema pühak. Peab olema õigel teel.

Haigus.

Haigus, inimese füüsiline vaev, on seisund, mille puhul energia negatiivsus on ületanud kriitilise piiri ja organism kui tervik on tasakaalust väljas. Keha informeerib meid sellest, et me saaksime vea parandada. Kõikvõimalike ebamugavustunnetega on ta meid ammu informeerinud, aga kuna me ei ole tähele pannud ega reageerinud, siis keha jääb haigeks. Hingevaev, millest järeldust ei tehta, kasvab füüsiliseks valuks. Sellega juhib keha tähelepanu olukorrale, mis vajab parandamist. Valuvaigistiga häiresignaali allasurumine tähendab patoloogia süvendamist. Haigus peab nüüd suurenema, et inimene uue häiresignaali teadvustaks.

Iga haiguse algpõhjus on stress, mille kuhjumise suurus tingib haiguse iseloomu.

Näiteks. Kui inimene on väsinud, siis ta peab magama. Une ajal omandatakse kõige rohkem energiat. Kui magamine on ebanormaalselt pikk, siis järelikult on mingi suur energia leke. Kui ei ole füüsiliselt üle pingutanud, siis on stresside kuhjumine. Stresside ülemäärane kogunemine tekitab unetuse, järelikult ei ole meil enam füüsilist väsimust - siin magamine ei aita, pole mõtet süüa uinuteid. Päästke stressid lahti ja Teie haigus kaob. Teie keha ei vaja süüdlaste otsimist ja sellega olukorra põhjendamist - see on enda petmine.

Igal kehal on omad nõudmised. Igast kehast ei saa teha võidusõidutraavlit ja igast traavlist ei saa veohobust. Nii nagu neist kummastki pole võimalik teha tsirkusehobust.

Iga keha peab täitma oma missiooni. On vaja rahulikult teadvustada endale oma võimalused. Ja nende võimalustega võib tervena ja rahulikuna oma elu head tehes ära elada. Kui Te nüüd väidate, et Teie ise elaksite ju päris piskuga, aga pere nõuab rohkemat, siis olgem ausad - Teie sõnad ja teod ei ole kooskõlas. Pere olete endale saanud vastavalt oma mõttemaailmale - samase.

Haigus on vale teo tagajärg, mille puhul hea ja halva kaalukauss on kaldunud halva kasuks.

Mis on hea ja mis on halb?

Hinnang olukorrale on alati konkreetse inimese seisukoht. Kui see on jaatav, siis on hea. Kui eitav, siis halb. Teise jaoks ei tarvitse see sugugi olla samuti. Igaühel on omad hinnangukriteeriumid ja minul ei ole mingit õigust teist selle pärast hukka mõista.

Iga tervik koosneb heast ja halvast. Järelikult hea pole kunagi ainult hea ja halb pole kunagi ainult halb. Ka stressil on hea külg - sunnib inimest head tegema, sest vastasel juhul tuleb valu.

Kõige rohkem vastuseisu sellele väitele tuleb kurjategijate hindamisel. Me anname hinnangu kuriteole ja see on halb. Aga kuritegu ei toimu kunagi ühepoolselt. Tohutu hulk nähtavaid ja nähtamatuid fakte võivad hindamisel kaalukaussi tugevalt mõjutada.

Näiteks. Tapetu oli eelmises elus ise tapja olnud ja nüüd tasus vastavalt karma seadusele. Või tõmbas oma hirmuga tapetud saada tapjat endale ligi.

Ette rutates - kurjategija on võitlejatüüpi emaarmastusest ilma jäänud inimene, kes oma ebaselges hingevaevas läheb jõuga võtma seda, mida arvab igatsevat ja vajavat. Ta ei oska mõista oma hingevalu, kibestub ja tigestub. Aga kas meie, nn. normaalsed inimesed, mõistame iseennast? Kurjategija on sageli väga korralike, aga kahjuks hingehaavadega inimeste lapsed. Näidake teise peale sõrmega ja Te näete, et kolm sõrme näitavad - kuhu? - enda peale tagasi.

Et vähendada kuritegevust - parem saadame oma mõttes kurjategijaile armastust ja anname neile andeks. Ainult nii saab kuritegevust vähendada, kui alustame endast. Meie viha tuleb kaarega läbi kurjategija käe meile

tagasi.

Ärge mõistke valesti - ühiskonnaohtliku kurjategija isoleerimine on hädavajalik, aga tema edasine tee on meie kõigi mõjutada. Praegu tehakse neist veel suuremaid inimvihkajaid.

Miks inimene sünnib?

Kas sellepärast, et naine ja mees ta füüsilise keha sigitasid? Aga kui palju on lapsi, keda ei soovita, kellest püütakse hoiduda kas ema või isa või mõlema soovil, kuid ometi nad sünnivad.

Miks vajab inimene üha uusi elusid, kui elu on üks kannatuste rada?

Inimene sünnib õppima, mitte ilusat elu nautima. Me sünnime füüsilisse kehasse ja iga elu on nagu järgmine klass koolis, kus õpime ära teatud programmi, enne kui oleme väärt vaheaega. Iga elu lõppedes jätame oma kulutatud keha maha ja läheme vaimumaailma, kus teeme kokkuvõtteid ja järeldusi õpitust, loome oma arenguplaani tulevase elu tarbeks.

Maailma mitmekesisus peab saama meile selgeks. Kord oleme kerjus, kord kuningas, kord kurjategija, kord pühak. Kord lihtne töömees, kord geniaalne avastaja. Kord mugav oleskleja, kord väsimatu rännumees. Kord mees, kord naine. Jne., jne.

Kõik omandatud teadmised talletuvad vaimu teadvusesse. Uuesti sündides tuleme iga kord õppima uut, omandama konkreetsele ajastule omast tarkust. Aeg ei seisa paigal. Inimkonna areng toimub spiraali mööda kõrgusesse, targemaks, edasi.

Ja iga kord kohtame me enda kõrval inimesi, kes on küll minuga väga sarnased, aga ometi oma tegemistes ja arusaamades kardinaalselt vastupidised või muutuvad selliseks. Teine inimene on tulnud oma õppetükke õppima, mina omasid. Kolmas veel omasid. Ja igaüks on veel teisele õpetaja ka. Mina teen nii, tema teeb naa ja kolmas veel omamoodi. Ei ole mina parem kui teine või kolmas.

Keegi ei ole meile andnud õigust võrrelda või võistelda teisega. Meil on õigus võrrelda iseennast oma eilse päevaga, võistelda iseendaga. Miks on suured sportlased sageli haiged? Nad rikuvad loodusseadusi.

Loodusseadused on vääramatud, igavesed ja eranditeta. Tuletage

meelde Kristust ristil ja kurjategijaid tema kõrval. Jumal ei põlanud neist kedagi. Kõik me oleme Jumala lapsed, me oleme osakesed Kõiksusest ja meie tarkus on Jumala tarkus.

See inimene, kes mõistab teist hinges, mitte ainult sõnades ja võib seda iseendale tunnistada, on õppetüki ära õppinud. See, kes teist hukka mõistab, tuleb tulevikus seda tarkust omal nahal õppima.

Õppida võib väga erineval moel. Üks õpib raamatust või õpetaja sõnadest - aga õpetaja on igaüks, kes elutarkusi õpetab. Teine vaatab pealt, kuidas kolmas varba vastu kivi lööb ja õpib sellest - tema enam oma varvast lööma ei lähe. Kolmas õpib ainult oma varba löömisest - ja hea kui ta ühest korrast targaks saab. Valiku teeb igaüks ise. See, kes kivi peale vihastab, teda süüdistab ja karistama läheb, jääbki oma varbaid lööma. Ja võib juhtuda, et tuleb järgmises elus ikka sedasama edasi õppima - nagu kooliski klassi kordama.

Kõik, millega inimene elus kokku puutub, on talle millekski vajalik. Keegi ei ole süüdi. See halb, mis minule tuleb, seda tõmban ma vale mõtlemisega ise endale külge. Iga raskus on vale mõtte tagajärg ja kui ma enne ei õppinud, siis nüüd olen sunnitud ära õppima. Ja kui ma ei vaevu järeldusi tegema, siis minu keha aina kannatab kuni lõpuks ikka pean järeldused tegema.

Minu keha armastab mind. Kui ei armastaks, siis tal oleks ükskõik, mis tuleb. Haigus on armastuse märk. Teisiti kui füüsilise vaevaga meie keha meid informeerida ei saa, sest meie vaimu madalus ei oska teisiti. Ja ometi, mida kogenumaks saab inimene, seda sagedamini ta tõdeb, et hingevalu on kibedam kui füüsiline valu. Inimene on ära õppinud lihtsa tõe: väikesele veale järgneb väike karistus, suurele suur. Inimene, kes kukub ja murrab luu, on jätnud midagi tähtsat arvestamata - näiteks, et tee on libe. Luumurruga on see tõde lõplikult selgeks saanud. Kui ta veel teadvustaks, et hirm kukkuda seda õnnetust lähemale tõmbas, oleks ta veel targemaks saanud.

Hingevalu kuhjub, kuni kukub viimane tilk karikasse ja tekib füüsiline haigus. Mida rohkem stresse koguneb, seda raskem haigus tekib. Aeglaselt kogudes võib kokku kuhjata vähi, kiiresti aga insuldi või infarkti. Mõlemal juhul stressimägi mattis keha.

Lihtsamate haiguste põdemisega põletame läbi negatiivse energia ja paraneme. Krooniliste haiguste puhul toimub pidev põlemine ja uute stresside kogunemine, mis ei lasegi terveneda. Aga kokkuvõtteks on haigus ikka õppetund, millest peab targemaks saama. Õppimise meetodi valikul on

meie tahe vaba. Kas õpin läbi kannatuste, seega tahan haige olla, nagu põhiosa praegusest inimkonnast või läbi õpetuse, mille oma hinges helisema panen ja targalt kasutan, on oma asi. Sageli öeldakse, et "*See on vale, ma ei taha ju haige olla!*" Mina usun Teid, et Te ei taha haige olla. Aga eks tõestage see ka oma kehale. Vabastage haigus, siis ta usub Teid.

Vaim on igavene - keha ajaline. Vaim on tunded - keha mõtted. Vaim on ideaalne - keha materiaalne. Aga mõlemal on teadvus. NB! Mõtted on füüsilise keha tasand.

Vaimu jõul toimub Kõiksuse areng. Lihtsamad tarkused saab vaim läbi elude planeedil Maa. Inimene on madalaim mõistusega olend Kõiksuses. Mida targemaks saab vaim, seda keerulisemaks lähevad tema õppetükid. Õppimine toimub läbi halva. Ja ometi peab kõikjal halva tasakaalustamiseks olema hea.

Hea on eelmistes eludes äraõpitud halb.

Kõik, mis praeguses elus tundus halb, aga mõne aja möödudes on mõistetav, on selles elus äraõpitud halb.

Kõik, mida me kuidagi mõista ei taha, st. jääme halvana hindama, seda tuleme järgmistes eludes õppima.

See inimene, kes oskab rõõmustada raskuste üle, mis talle teele on tulnud, on väärt inimeseks olemist.

Kui ta väärikalt sellest raskusest üle saab, siis ta on Inimene ja tõuseb oma vaimses arengus, et edasi minna. Ise samal ajal teades, et järgmine takistus on suurem. Mida suurem inimene, seda suurem takistus. See, kes pisikeste murede suure hunniku enda ette kuhjab nii, et selle tagant väljagi ei näe, ei ole veel suur.

Jumalik tõde on - mida rohkem antakse, seda rohkem nõutakse.

Igat tegemist peaks alustama ja lõpetama rõõmuga, sõltumata töö näilisest tähtsusest. Siis töö sujub ja järgmise töö alustamiseks ollakse juba ootel. Kes teeb hästi ja õigesti, see on tark, ta on selle töö ära õppinud. Aga kes teeb halvasti, see õpib just praegu - läbi vea. Järelikult viga on hea. Viga on iseenesest juba vale teo tagajärg, seega karistus. Iga karistamine on juba väär = topeltkaristus. Selle asemel tuleb küsida: "*Kas õppisin veast?*"

Palun andeks, kellele sellega halba tegin.

Annan endale andeks, et nii tegin.

Palun oma kehalt andeks, et kehale sellega halba tegin.

Kahetsemine, haletsemine, hädaldamine, nutmine, süütunne, ahastus, enda karistamine jne. teevad asja veel halvemaks. Kes teeb, sel juhtub. Vigadest õpitakse. Neid vanasõnu korratakse meelsasti seltskondlikus vestluses. Parem on neid meelde tuletada kohe, kui olete ise või on keegi teine vea teinud. Ja rõõmustage alati, kui õige mõte tuli. Kas Te suudate nii?

Kui sageli ma kuulen: "*Mis siin rõõmustada, oleks ma terve nagu vanasti, siis rõõmustaksin.*" Kui selline arusaam kestab, siis aidata on raske.

Võrdsust vaimumaailmas ei ole. See, kes enne tasu ootab kui midagi selle saavutamiseks teeb, peab pettuma. Vaimu tase on alati vastavuses taseme tõstmiseks tehtud tööga. Selle töö juures ei õnnestu kunagi pettus - enda ees jääb vale alati valeks. Loodusseaduste vastu on mõttetu võidelda.

Ja kui juba millegi nimel võidelda, siis

võidelda tuleb hea eest, mitte halva vastu.

Selles on põhimõtteline erinevus: üks on hea, teine halb.

Absoluutne ja võimsaim jõud on armastus. Aga armastada oskavad vähesed. Mõelge, mis tunne Teil on kui öeldakse:

"*Ma armastan sind. Lihtsalt niisama. Ma ei nõua midagi. Sa võid alati minu abile loota.*"

Või öeldakse hoopis nii:

"*Ma armastan sind. Miks sina mind ei armasta nagu mina sind. Tõesta, et armastad. Kui armastad, siis teed minu heaks kõik!*" Lõputu hulk lauseid, mis nõuavad, võimutsevad, panevad suluseisu.

Esimene variant tundub nii muinasjutuline, aga seda esineb rohkem, kui me arvata oskame. Eestlane lihtsalt neid sõnu tavaliselt kuuldavalt ei ütle. Aga me tunneme. Kui vaid ainult usuksime oma tundeid.

Teine variant on nii igapäevane omav armastus, mis hävitab inimesi, perekonda, ühiskonda, Maad. Küllap kõik oleme tundnud kurbust ja trotsi, kui meile öeldakse: "*Mina armastan ja kasvatan ja toidan sind. Sa pead olema minu vastu hea. Sa oled kohustatud!*"

See ei ole armastus, see on omamine. Tööriist mu käes on ka minu oma. Aga näet' - katki läks. Olete kindlasti näinud vanu meistrimehi oma päevinäinud tööriistadega, mida uute vastu mingi hinna eest ei vaheta. Hellalt võtavad ja hellalt panevad oma aarde õigele kohale. Ja siis lahkub

meistrimees siit ilmast... Keegi tahab tema meisli või kruvikeerajaga tööd teha, aga kohe see laguneb käest. Vana ja kulunud, aeg sai otsa, arvame. Ei! Armastus sai otsa!

Kui me kõigesse suhtuksime nagu meistrimees oma tööriista, ka teistesse inimestesse, siis meil ei oleks haigusi ja ka elu materiaalne külg oleks korras.

Õpi armastama.

Kujutage ette, et Teil on armsam, kõige kallim maailmas. Ja tema armastab Teid samuti. See kõige armsam, kõige kallim on Teie oma keha.

Mõelge ja tuletage meelde, kui palju Te olete talle elus haiget teinud või lasknud teha. Kui palju mõttetult proovile pannud, ohvriks toonud, hambad vihast risti märtrit mänginud. Ja kui palju olete head tegemata jätnud. Olete teda kohelnud hullemini kui masinat, nagu omandit, millel pole õigusi.

Kas ta suudab Teid enam armastada? Ei suuda. Ta on kulunud.

Raskuste koorem vajutab teda maadligi. Ja ometi, kui ta veel elab, siis on ta kohe valmis heitma endalt selle koorma, kui teda aidata. Kui oma siirusega tõestate, et ei soovi tema vastupidavust enam sihilikult proovile panna, et kõik, mis oli, tuli rumalusest ja teadmatusest ning ei kordu.

Rääkige oma kehaga! Ta on kohe valmis, sest ta armastab Teid. Keha on kõige truum armastaja.

Aga kui sageli me truudust hindame? Ainult siis väärtustame tõelist armastust, kui oleme truudusetuse kibedaid vilju maitsnud. Aga nii me õpime.

Kui Te nüüd siiralt palute oma kehalt andeks, et:

- olete talle palju halba teinud (konkreetselt),
- olete hea tegemata jätnud,
- olete keha märguanded märkamata jätnud,
- ei ole kunagi osanud ta peale õigesti mõelda,

siis ta annab Teile andeks.

Andke endale andeks, et Te varem kõike seda ei teadnud ja teinud. Armastage oma keha ja ennast.

Kui tunnete, kuidas kehast käivad värinad üle, puhta armastuse tunne valdab Teid ja Te tahate oma keha ümbert kinni võtta ning teda kallistada, siis on see märk, et keha mõistis.

Vaid siis, kui alatiseks jääte kehaga nii suhtlema, saab haigus kaduda igaveseks.

Kui Te aga rahulolematult ütlete: "*Kes siis minu eest töö ära teeb, kui ma kogu aeg mõtlema pean?*", siis ei ole Te midagi mõistnud.

Kui Te arvate, et selleks on mingit erilist aega tarvis, siis

kulutage mõttetult raisatud aeg oma mõttemaailma korrastamiseks.

See, kes sundolukorras (näiteks haiguse vaevas) mõneks ajaks end muudab, selle haigus tuleb hiljem tasapisi tagasi ja veel hullemini. Sest kellele rohkem antud, sellelt rohkem nõutud. See inimene, kes on vaimse õppetunni saanud, kasvõi neid kirjaridu lugenud, väärib suuremat nõudlikkust. Inimene ei tohi kunagi seisma jääda. Ükskõiksus, käega löömine, paigalseis - see on arengu lakkamine.

Ei oska õigesti minna? Mõtle ja mine.

Ja kui läks valesti, siis anna kahetsusele ja veale andeks.

Vigadest õpitakse.

Mõistus ei ole inimesele antud mitte ilu vaid tarbe pärast.

Kõiki tunde- ja füüsilise maailma väljalööke saab mõistusega korrigeerida. Tahe muuta ennast suunab lugema vaimu arendavat kirjandust või otsima õpetajat. Siis tuleb teadmine, kuidas ennast muuta.

Kes püüab enda laiskust peita vähese hariduse taha, see teadku: 3-aastane laps võib olla vaimsem kui 50-aastane akadeemik, 80-aastane pealtnäha nüriks kulunud eluaegselt raske füüsilise töö tegija võib olla vaimsem ja tundlikum kui 30-aastane kunstiinimene. Ei loe sugu, rahvus, haridustase, intelligentsitase, kuulsus, raha ega aujärg.

Loevad usk, lootus ja armastus, sest nemad on tõde ja reaalsus. Neid füüsilisest maailmast ei saa. Andeksandmine vallandab kõik ahelad. Ärge laske end petta välisest särast. Kuulake oma sooje südametukseid ja hinnake neid kui suurimat väärtust. Õppige kasutama oma tundeid. Õppige andestamise kunsti, siis saate seda mida vajate, ka materiaalset.

Kui aga loodate kohe miljonäriks saada, siis võib juhtuda, et ei ole veel sellise kogemuse õppimiseks valmis ja saate vastupidise. Kes siiralt tunneb, et on valmis... Miks mitte! Ainult kui miljonär ei kanna oma kukrut väärikalt, siis võib ta tulla järgmises elus näiteks kerjusena. Kui ta aga oma õppetüki omandab, st. ta oskab raha valitseda ilma sellega teistele halba tegemata, siis võib ta järgmises elus tulla kuningana, et õppida ka rahvast valitsema.

Aga vaimsed miljonid on meil kõigil juba praegu olemas.

See, kes nüüd küsib: "*Kui ma kohe õigesti mõtlema ja elama hakkan, kas ma siis saan oma elu korda?*", see teadku - ta on turule tulnud. Seal kaalutakse kohe tema soovi kohaselt tükk tüki vastu.

Vaimses maailmas järgneb teole tagajärg. Vääriline teole. Selleks peabki inimene mõtlema ja tundeenergiat mõttetööga õiges suunas käivitama.

Kes esitab tingimusi - võib sellestki ilma jääda. Kes teeb head vastutasu ootamata - saab topelt tasutud. Kõike, mis me teeme - teeme endale ja saame topelt tagasi.

Miks ma küll olen niisugune?

Vähesed on oma kehaga, tema jõu ja iluga rahul, mõtlemata sellele, et siia ilma sündides oleme ta ise sellise valinud. Vajame just seda keha, vastasel juhul oleksime valinud teiste vanemate loodud keha. Teeme oma valiku suurest armastusest, sest läbi tema saame õppida just seda, mida praegu vajame.

Ja keha võtab meid armastusega vastu. Ärge unustage, et *mina* ja *keha* moodustame küll füüsilise maailma terviku - *inimese* - kuid me oleme erinevad. Kui Te süvenenult selle peale mõtlete ja oma keha tänate, tunnete kindlasti keha vastust. Aga kes oma vaevade ja pettumuste tõttu leiab ikkagi

põhjuse keha kiruda ja tahab parem olemata olla, siis teadke - just praegu tegite oma keha haigemaks. Võimaluste piires muuta oma keha on igaühel võimalik. Seda tuleb teha heaga.

Olemist inimene ise ei määra, see on Jumala teha. Selleks meil endal mõistust ei jätku. Ülejäänus annab Jumal vabaduse ja valikuvõimaluse.

Kujutage ette laia teed enda ees. See on Teie saatuse tee. Üks äär on negatiivne - porine kraav, teine positiivne - õitsev aas, keskel - tasakaal. Mismoodi oma teel kõnnite - kas kraavis või aasal, lasete kukerpalli või liigute valsisammul, kiiresti või aeglaselt - see on oma teha. Kes ei taha füüsilist vaeva tunda, see tõusku kiiremini vaimuks, aga enne peab Maa peal kõike õigesti tegema ja maised tarkused ära õppima. See on paratamatu.

Inimestel on kombeks trotslikult öelda: "*Aga minu iseloom on selline... ja mina teen nii...*" Mis on iseloom? Iseloom on meie kõigi eelmiste elude kogemuste summa.

Kui ma oma eksimusi põhjendan iseloomuga ja vigu parandada ei kavatse, siis ise kannatan.

Kõik, mis me oma saatuse teel praeguses elus muudame, kujundab meie järgmise elu põhiplaani. Haridus, kombed, oskused, andekus, töökus, teod, ideaalid, tervis jne. on meie praeguses elus *meie arvates* ülitähtsad, *kosmiliselt* aga pisiasjad. Need pisiasjad kokku annavad aga järgmise elu aluse, millele tõusta ehk põhiplaani. Seega tunneme alateadlikult õigesti, mis on tähtis, aga ei mõista kus see tagajärg küll nii kaua ootab ja oleme pettunud kui heale teole ei järgne kohe tagajärge.

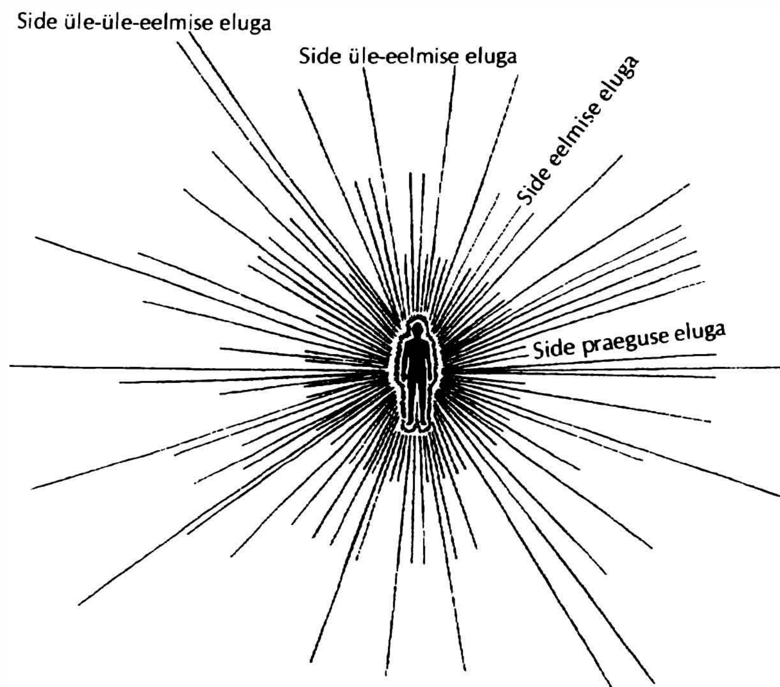
Need inimesed, kes eitavad taassündi, eitavad tõelisust. Ka Päikest ja Kuud võime eitada, aga ometi on nad olemas ja vastavalt loodusseadustele täidavad oma ülesannet. Kes arvab, et kui ta teeb inimsilmale nähtamatult musti tegusid ja keegi ei saa teada, see eksib. Tema enda *vaimne mina* teab ja näeb ning, vastavalt karma seadusele, peab ta selle kunagi lunastama.

Inimest, kellel on raske elu, ei ole vaja haletseda. Teda tuleks õpetada andeks paluma, et ta kellelegi on halba teinud või et ta halva endale tõmbas ja õpetada endale andeks andma, et nii tegi. Samuti kehalt andeks paluma, et keha seda kõike taluma on pidanud.

Karma seadust - ettemääratud paratamatust - iseloomustab lihtsalt ja selgelt vanasõna: mida külvad, seda lõikad. Kui palud ausalt andeks, siis aitab. Aususe mõõdupuu asub igaühe hinges, st. tulemus sõltub iseendast.

Karma seadus toimib kaugele. Nähtamatud energiasidemed on võimalik

vabastada, kui need teadvustame.



Eelmiste elude mittemäletamine ja seetõttu taassünni eitamine tuleneb sellest, et inimese vaimne reostus on mälu ära kustutanud. Ainult *puhashing* saab mäletada. Vaadake ja kõnelge lastega - nad vapustavad Teid oma teadmistega. Nende tõde ja õiglus on jumalikud. Nende rumalus tuleneb aga täiskasvanute arusaamast, et hinnatav on ainult füüsilise maailma kogemuslik tarkus.

Me peaksime lastelt õppima nende puhast maailmatunnetust, mitte aga päev päevalt vägivaldselt seda alla suruma. Iga täiskasvanu, kes ilma objektiivselt olukorda selgitamata lapsele ütleb, et *pead, nii on tarvis, kas sa siis ise aru ei saa, õpi elama jne.*, on kurjategija.

Laps teab kuidas peab.

Kui talle seletatakse, et *vaata, praegu peab nende asjaolude tõttu tegema hoopis vastupidi, et füüsilises maailmas on inimesed nii harjunud, nii on kombeks - anna andeks, et ma pean praegu sinu tõekspidamiste vastu tegema, sind sundima, aga ma ei oska teisiti* - siis on see momendi tõde. Ja

laps ei protesteeri.

Mitte vabakasvatus, vaid olukorra lahtiseletamine vabastab lapse hingelisest kriisist. Laps vajab oma isa-ema elutõde, sest sarnane tõmbab sarnast ja laps on tulnud neile vanematele just teatud sarnasuse tõttu. Vabakasvatus on kasvatuse puudumine. See on olukord, kus vanemad ei ole oma vanemlikke kohustusi täitnud.

Isa-ema läbi ei sünni laps ilmaasjata. Vanemad, kes on juba kohanenud praeguse füüsilise maailmaga, on kohustatud last õpetama, et ka tema kohaneks, oskaks elus igas situatsioonis olla tema ise, et ei peaks pidevalt peaga vastu seina jooksma ja läbi oma valu õppima. See on loodusseadus ja see vanem, kes ei ole oma last tema 18-ndaks eluaastaks varustanud elutarkustega, saab karma seaduse toimet tunda.

Õpetada saab erinevalt, nagu juba eespool räägitud. Vanemal on õigus last ka füüsiliselt õpetada - vitsaga I tšakra mõjutamine toimib vabastavalt VI ja VII tšakrale. Vastupidine on lubamatu - see alandab inimest. Teadma peab seda, et sellist õpetust vajavaid lapsi on haruharva.

Alati peab lapsevanem mõtlema: "*Millega mina ise sellise olukorra olen esile kutsunud?*" Ja andeks paluma oma vea eest, selgitades lapsele tõelise põhjuse lapsele mõistetavas keeles. Laps annab alati andeks ja õpib igast veast. Ärge kartke, et Teie reputatsioon langeb. Vastupidi - laps hindab Teie õiglust ja lugupidamine vanema vastu tõuseb. Ükski laps ei taha näha oma vanemaid halvas valguses ja ta kaitseb oma vanemaid alati kogu maailma eest. Puberteediiga on murrang, pärast seda on vigade parandus tunduvalt keerulisem.

Laps vajab karmi tõtt, mitte ilusaid valesid. Ainult läbi tõe õpitakse. Tõde teeb vabaks. Hirmuvalitsemise all olev laps on silmakirjalik ja tema protest kasvab kibestumisest tigeduseks. Samal ajal kärbitakse alatiseks tema eneseväärikus. Laps vajab, et iga konfliktsituatsiooni puhul talle ausalt öeldaks, kas see on temast tingitud või millestki muust.

Inimkeha filosoofia.

Inimese keha on kõnekas. Inimkeha filosoofia on oma lihtsuses võrratu.

Kirjatükis "*Armastus, andestus ja tervis*" on pikalt juttu lülisambast. Teda ületähtsustada ei saa. Siin jätkame vastavalt minu teadmiste taseme

tõusule.

Tavatsetakse öelda: "*Sel inimesel on selgroogu.*" Selgitust pole vaja, kas pole!

Inimese lülisammas väljendab inimese põhitõdesid üks-ühele. Täpselt samade sõnadega, kui lülisammast, võib iseloomustada selle inimese põhitõdesid ehk varjatud loomust.

Luustik iseloomustab isa. Nõrk luustik - nõrk isa.

Lülisammas tähendab põhimõtteid. Kõver luustik - kõverate põhimõtetega isa.

Kui lapsel on küür, siis sel lapsel on tõenäoliselt pehme iseloomuga isa, kes oma nõrkuse varjamiseks on muutunud despoodiks või laseb emal olla peres hirmuvalitsejaks. Õige perekonnapea lastel on tugevad luud ja sirge selg.

Vaagen väljendab alustuge ehk kodu, millele inimene toetub. Tugeva vaimuga perest kasvab tugeva vaagnaga inimene. Kui nõrga vaimuga perest kasvab tugeva vaagnaga inimene, siis see vaim on teadlikult ennast üles töötanud. Ta on tõusnud pere nõrkusest ülespoole, sest on tundnud, et vastasel juhul ta hävineks.

Laps, kes teadlikult tahab olla parem, kes tões ja vaimus vastavalt endaga tegeleb, rebib end pere kütkeist lahti. Need on võitlejaloomusega inimesed, kes hea eesmärgi nimel purustavad hingeahelad olgugi, et side vanematega on alati hell ja armas.

Astroloogiliselt on XX sajandi lõpp nõrga luustiku ajajärk. Teades seda, tuleb oma luustiku teadlikult tugevdada. Munakoored on vanusest sõltumata kõige paremad kaltsiumi allikad. Füüsiline treening kehalise töö ja spordi näol on eestlasele samuti kättesaadav.

Nii palju lülisamba ja luude defekte kui praegu ei ole meie vanaisade ajal nähtud. Laste sünnitraumadest vanurite reieluukaela murdudeni. Iga väikesegi kukkumise tagajärjel saadud luumurrud viitavad selgele faktile, et meie nõrk koht on meie luustik.

Lülisammas ühendab energeetiliselt minevikku, olevikku ja tulevikku.

Mida sirgem on lülisammas, seda paremini ta seda funktsiooni täidab, seda targem ja selgepilgulisem on inimene.

Anatoomiliselt on inimese lülisammas füsioloogiliste kõverustega -

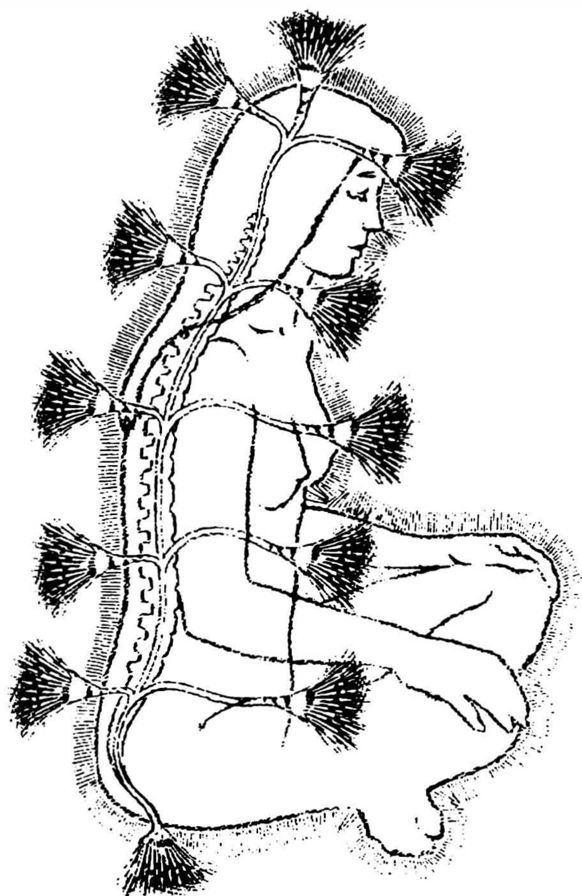
järelikult mitte niipea ei muutu inimkond massiliselt Kõiksuse tunnetajateks. Hoiame ta vähemalt tugevamanagi. Kehale tähendab see, et ma **tahan** edasi minna. Kui ma oma kehale seda räägin, siis sõna tugevdab minu alateadlikku tegevust.

Lülisamba kanalis asub peaenergiakanal. Seda mööda liigub terviseenergia üles-alla. Sabaluu otsast sisse ja pealaelt välja. Iga lüli kõrguselt väljuvad organitesse ja kudedesse kanalid. Kui lüli on vigastatud, siis temale vastav organ on haige.

Peaenergiakanalist kasvavad välja harukanalid nagu lootoslille juured, mis avanevad koonusekujuliselt aurakehade pinnale - neid nimetatakse *tšakrateks* ehk energiakeskusteks. Need on nagu laod, igaühes säilib just sellele tšakrale omane energia. Kogu see energeetika on pidevas liikumises. Tšakrad neelavad universaalset energiat, lahutavad selle komponentideks ja saadavad siis energiakanalite kaudu närvisüsteemile, sisenõrenäärmetele ja verre, et toita keha.

Väljanägemiselt on tšakrad pöörlevad energiakeerised, igaüks oma värvusega (vastavalt energia võnketasandile). Igal suurel tšakral keha esiküljel on seljal paariline ja neid vaadeldakse koos kui tšakra esi- ja tagaaspekti. Eesmine aspekt on seotud inimese tunnetega, tagumine tema tahtega.

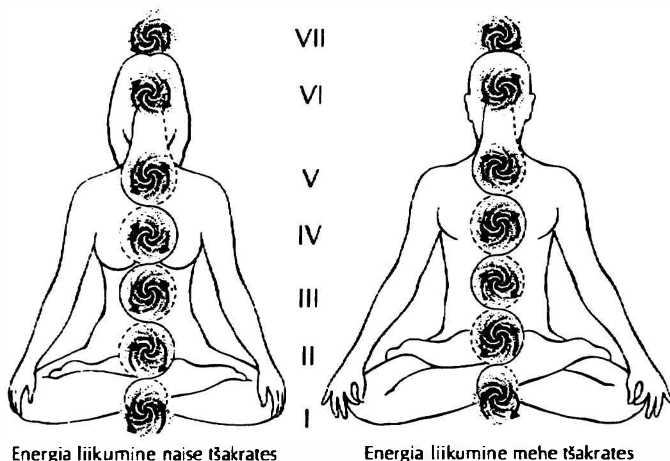
Tšakratest on ilmunud palju kirjandust, mida siinkohal kordama ei hakka.



Tšakrate avanemine peaenergiakanalist.

Eespoolsed on tundeenergia tšakrad.

Tagapoolsed on tahteenergia tšakrad.



Energia liikumine naise tšakrates

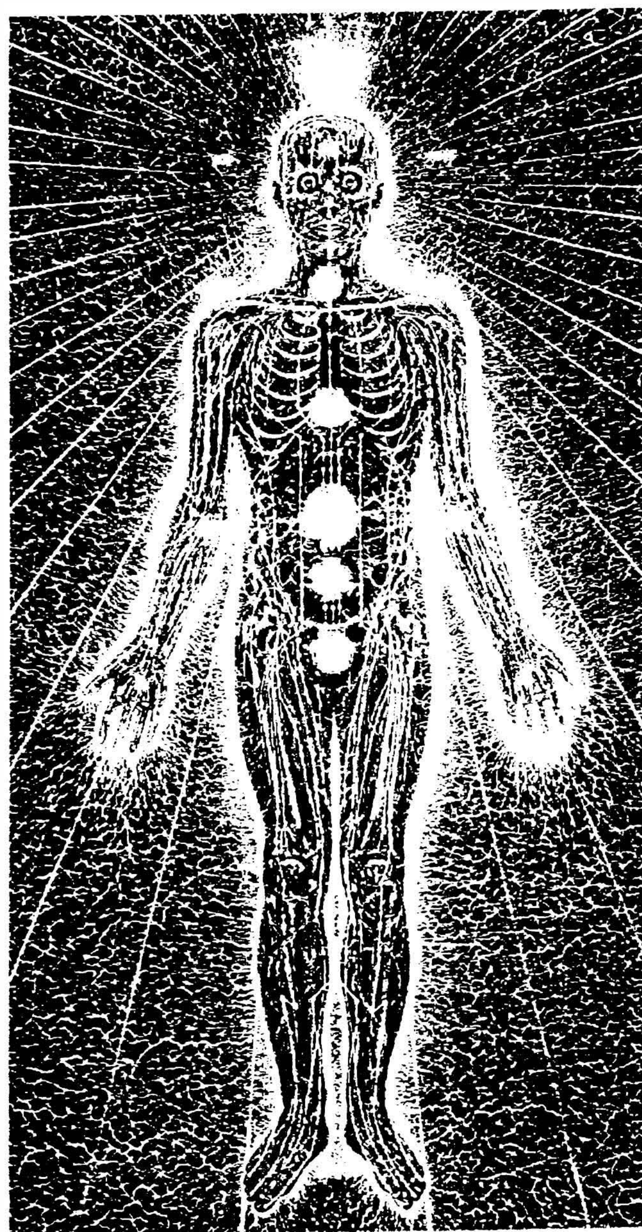
Energia liikumine mehe tšakrates

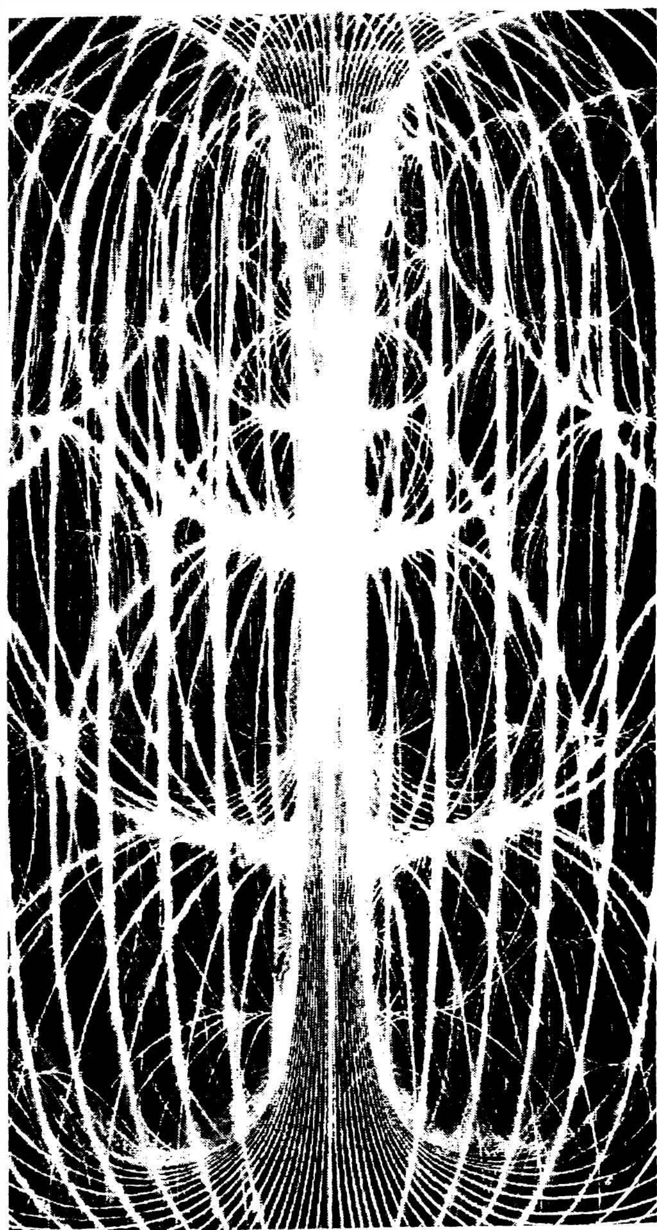
Järgmisel kahel leheküljel on kaks sümboolset pilti.

Esimene kujutab energia sümboolset seotust kehaga. Iga energiakiire teises otsas on elusündmus. Valge kiir seob positiivset - head elusündmust. Must, mida pildil näha ei ole, seob negatiivset - halba elusündmust.

Lühidalt öeldes on see skemaatiline seotus stressidega. Piltlikult vabanevad andestamisega energiakiirte otsad ja vabastavad inimese stressist.

Teine kujutab sümboolset energiakanalite paigutust kehas. Keskel on peaenergiakanal, kust hargnevad energiakanalite kõrvalharud, mis toidavad keha organeid, piirkondi jne.





Tšakra nr., nimi ja värvus	Energiad, mis on tugevuse aluseks	Toime keha piirkondadesse	Sagedasemad stressid, mis blokeerivad tšakra
I Juur-tšakra, õndraluu sise-pinnal, punane	Baasenergia, mis seob inimest füüsilise maailmaga, läbilöögi-võime, füüsiline jõud, vitaalsus, stabiilsus, tugev elutahe.	Luustik, lülisammas, hambad, küüned, jalad, pärasool, jämesool, eesnääre, vaagnapõhi ja lahkliha, veri, rakuehitus.	Ei usu enda elujõusse. Elutahte puudus. Viha nende vastu, kes on vitaalsed ja energilised. Füüsilise jõu eitamine - milleks seda, mul on tark mõistus. Depressioon. Tahtmine elule alla anda või jalga lasta.
II Häbeme-tšakra, häbeme-luu kohal, oranz	Ürgne tundeenergia. Seksuaal-tunded, erootika, meelelisus. Võime saada seksuaalset ja füüsilist rahuldust.	Vaagnaõõs, suguorganid, põis, veri, lümf, sperma, seedimine.	Võimetus armastada vastassugupoolt. Teise süüdistamine enda vigade varjamiseks. Süü- ja alaväärsuse tunne. Rutiinne armastuseta seks. Viha ja soov teisele haiget teha. Oskamatus nautida suguelu ja näha seksuaalpartneris kirge. Pettumused sekselus. Enda kire allasurumine. Trots ja nõudlikus partneri suhtes. Seksuaalsuse eitamine. Mul ei ole jõudu tegelda sellise mõttetusega, töö on tähtsam. Seksuaalsusega seotud hirmud. Arusaam, et seks võtab jõu ära, on ilge, ebamoraalne jne. Ei teadvusta, et seks taastab elujõudu ja annab eneseväärikust. Häbitunne partneri või enda pärast. Hirm, et ma ei ole tasemel, olen külm ja oskamatu. Oma seksuaalsuse pidurdamine. Oma soo eitamine.

Nendes tabelites olevad järeldused on kogunenud Eesti inimesi ravides.

Kontrollige, kas tabelites toodu vastab Teie haigusele. Haigus tekib siis, kui tšakrasse on kinnitunud stressiahel ja toimub energia väljavool või on blokeerunud sissevool.

Tšakra nr., nimi ja värvus	Energiad, mis on tugevuse aluseks	Toime keha piirkondadesse	Sagedasemad stressid, mis blokeerivad tšakra
III Päikesepõimiku tšakra, naba kohal, kollane	Emotsionaalse tundeelu keskus. Isiksuse avanemise energia. Valitsemine ja võim. Rahulolu saavutatust. Kogemuslik tarkus. Emotsioonide mõistmine.	Seedimine, maks, sapipõis, põrn, neerud ja neerupealised, vegetatiivne närvisüsteem	Rahulolematus, viha. Valitsemine ja võimutsemine. Valits a võib hirmuga, ähvardusega, hoiatusega, süüdistamisega, kahtlustamisega, nutuga jne. Koonerdamine. Rõõmu puudumine enda ja teiste üle. Ei taha mõista ja uskuda oma tundeid. Alaväärsuskompleks, oma füüsiliste vajaduste eitamine (ka armastuse ja seksi eitamine). Sõltuvussuhted vanematega ja teiste inimestega. Seotus ja suhtlemine emaga. Soovimatus olla terve.
IV Südametšakra, südame kohal KÕIGE TÄHTSAM TŠAKRA! roheline	Armastustunded kõigi ja kõige ning elu vastu. Iseseisvus, abistamine, positiivne eneseohverdus. Tahtejõud, mis määrab meie elu.	Ülaselg, süda, kopsud, vere ringvool, käed, nahk, silmad.	Häiritud armastustunded - mind ei armastata, ma ei ole armastust väärt. Süütunne armastatu ees. Mu armastusele ei vastata. Lämmatatud armastus. Kõik takistavad mind elamast nii nagu mul on vaja. Maailm on julm ja siin kehtib suurema ning tugevama õigus. Mul on kõigest ükskõik ja ma teen nagu tahan. Mina elan ainult ennast piitsutades, sest nii peab ja minul paremat oodata ei ole.
V Kurgutšakra, kõri kohal, helesinine	Suhtlemine. Avatus. Iseseisvus, sõltumatus. Inspiratsioon, eluga kohanemine. Enda õiguste eest seismine. Õnnestumised elus. Lugupidamistunne	Kopsude tipud, bronhid, kõri, häälepaelad, lõualuu, keel.	Probleemid maailmaga suhtlemisel. Närviline hindamine, saamatuse tunne. Kõik tunded, mis kõri kinni ja pisarad kurku nöörivad. Ei oska, ei saa enda isiklikku elu elada, sest keegi või miski segab. Ei oska vastu võtta, mida elu pakub. Ei mõista oma tahtmisi. Teiste süüdistamine. Teadmine, et kõik tahavad mulle halba. Keegi ei hooli minust. Hüljatusetunne. Hirm ebaõnnestumiste ees. Teiste halvustamine.

Tšakra nr., nimi ja värvus	Energiad, mis on tugevuse aluseks	Toime keha piirkondadesse	Sagedasemad stressid, mis blokeerivad tšakra
VI Otsmikutšakra e. kolmas silm, otsmiku kohal, indigosinine	Nähtava ja nähtamatu äratundmine. Intuitsioon, selgeltnägemine. Ideede teke. Soovide täitumine. Maailma suhtumine endasse.	Väikeaju, suuraju alaosa, kõrvad, nina, kõrvalkoopad, silmad, närvisüsteem, nägu.	Tunde ja mõistuse maailmade konfliktid. Tahtmine rohkem saada. Solvumine. Rahulolematus välimusega. Abitus plaanide koostamisel või nende elluviimisel. Ilusate plaanide luhtumine. Tegelikkusele mittevastavad või negatiivsed kujutlused. Hirm vastutuse ees. Soovimatus teha nii, aga ka vastupidi. Protest kõige vastu. Tunnete ebastabiilsus.
VII Kroontšakra, pealael, violettvalge	Täiuslikkus. Kõiksuse tunnetamine. Kogemuslik seos enda vaimsusega - usk enda vaimsetesse võimetesse.	Suuraju, kolju.	Ei usu enda vaimsusesse, seega ka võimetesse. Eneseusalduse ja hingerahu puudumine. Elueesmärgi puudumine. Hirm ulme- ja unenäopiltide ees, kuna inimene ei usu ja s ga ka ei süvene oma mittemaiste mõttepiltide olemusse.

Mis on stress?

Võib-olla on see mõiste veel mõnele ebaselge.

Stress on organismi pingeseisund kaitsereaktsioonina negatiivsete ehk halbade mõjurite vastu.

Stress on energeetiline silmale nähtamatu seos halvaga.

Kõik, mis ühele inimesele on halb, on temale stress.

Meditsiiniline arusaam stressist on stressi füüsiline tasand ehk tekkinud haigus ehk nähtamatu energia kuhjumine, kuni summaarselt saabub füüsiline häda. Nii meditsiin kui ka inimene ise mõistab stressi all tavaliselt aasta(kümnete)pikkuse stresside ahela viimast psühhilist pinget, millele järgnes haigus. See on piiratud nägemus stressist.











Vaadake igat tšakrat iseloomustavat skeemi ja tunnetage, kuidas see kogu kehale mõjub. Saate tunda väga omapärast individuaalselt meditatiivset kogemust.

Kellel on selgroogu ja kellel ei ole?

Tšakraid avama olen õpetanud inimesi endid ja enamik saab hakkama. Lisaks eelnevas kirjutises õpetatud istuvas asendis lülisamba tõstmisele on parem meetod järgmine:

- Tõuske seisma.

- Pange pöidlad vaagna eesmistele etteulatuvatele nukkidele (nö. puusanukkidele) ja kontrollige, kas need on ühel kõrgusel. Kui ei ole, siis tuleb nii mõtte, käte kui ka lihaste jõul tõsta üles madalamal asuv nukk. Seejuures kannad-varbad on koos ja nad ei tohi tõusta. (Väga deformeerunud vaagna puhul ei pruugi ühe korraga saada täit tulemust.) Nii toimub vaagna tasakaalustamine. Vastasel juhul lülisammast otse üles tõsta ei õnnestu ja, kuna inimene teatavasti maapinna suhtes kaldu käia ei saa, siis peab lülisammas tasakaalu säilitamiseks vingerdama hakkama.

- Nüüd nihutage peopesad külgedele nii, et sõrmede alla jääb puusaliiges. (Puusaliigese asukohta võite kontrollida põlve tõstmisega.) Nüüd hakake aeglaselt, tõusu tunnetades, tõstma keret. Tekib kummi venimise tunne. Tõus võib olla üllatavalt suur.

- Edasi nihutage käed vöökohale ja tõstke lülisammast sellelt tasandilt edasi.

- Siis nihutage käed nii kõrgele kui saate, hea kui rinna kõrgusele (eraldi veel rinda tõstes) ja tõstke lülisammast maksimaalselt nii, et küür seljast ära kaob. Iga tõstmisega peab tõusma kogu kere.

- Nüüd, hoides lülisammast ikka veel tõstetult, laske käed ja õlad lõdvalt rippu ning venitage kael pikaks. Nautige ja tundke rõõmu tundest, et keha läheb kergemaks, hingamine vabamaks, nägemine selgemaks ning raskus kaob peast. Iga järgneva korraga saate parema effekti.

Olles selle tunde saavutanud, lisage juurde veel üks väga vajalik element:

- Mõelge oma lahklihale, kusitile, pärasoolele (naised ka tupele) ja tõmmake nende lihased kokku. Tõstke keha tsentrum samaaegselt

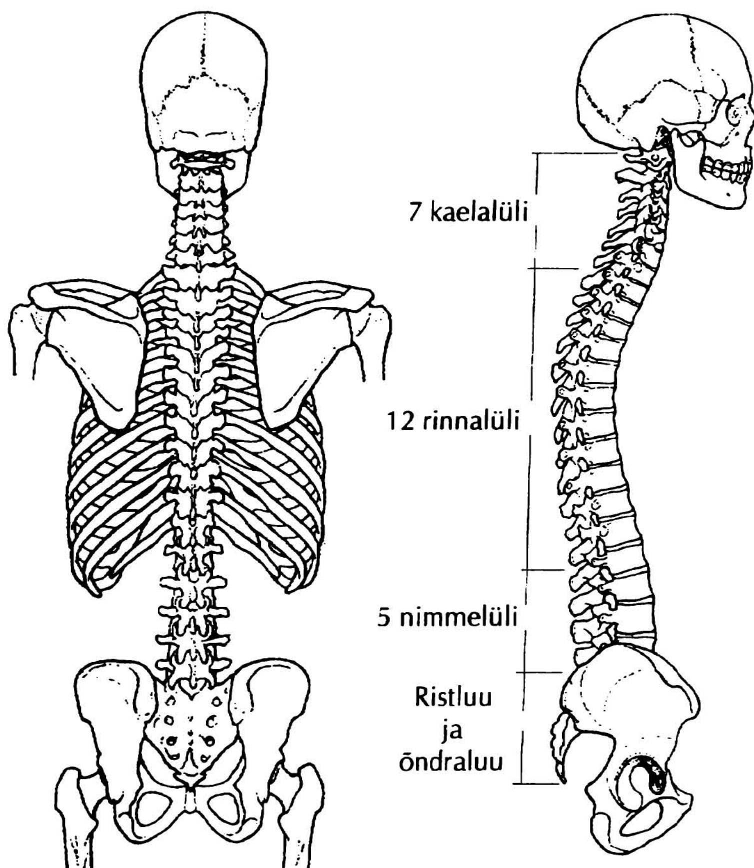
lülisamba tõusuga nagu vaakumiga ülespoole, kogu aeg lihaseid koos hoides.

Kui lülisammas on vajunud, siis on vajunud ka kõik siseorganid. Kõik, kellel on lõdvaks vajunud kõht, allavajunud magu, lõtv pärasool, naistel uriini pidamatus ning alla või välja vajunud tupp ja emakas, saavad oma hädast lahti.

- Lõpetage harjutus sellega, et tõmbate tõusva lainena pingule kogu keha alates varbaotsast, nii, et tunnete kuidas tõusus pingutuvad isegi siseorganid, ka kopsud ja süda kerkivad ülespoole. Te tunnete, et keha hakkab *lendama*. Nautige seda tunnet ja rõõmustage, et Te seda naudingut suudate oma kehale pakkuda. Rõõm on positiivne energia.

Sellist lülisamba tõstmist tehke ka siis, kui tunnete end väsinuna. Kõige õigem on seda teha profülaktiliselt, so. haiguste ennetamiseks, kindlasti igal hommikul ja õhtul. Raviks aga nii sageli, kui ruttu soovite terveks saada.

Kui lülisammas on jäik ja tõstmine on vähetuntav, siis hoiavad teda kinni stressid, eelkõige hirm. Vabastades hirmustressid tunnete vabanemist ja lülisamba erilist elastsust ning venivust. Kui lamate kõhuli põrandal ja lasete kellelgi käega lülisambale vajutada, siis ta tunneb lülisambas elastsuse suurenemist, mis tekkis peale andeks andmist.



Selleks, et veelgi paremini mõista lülisamba eest hoolitsemise tähtsust, toon järgnevas tabelis ära lülide kaupa iga lüli energeetilise toimeala ja enamlevinud patoloogiad.

Lülisamba osa	Lüli	Lüli energeetilise toime all asuv organ	Lüli vigastusest tingitud sagedasemad haigused	
Kaelalülid	I	Suuraju ülaosa	Migreen, mäluhäired, epilepsia e. langetõbi, kõrgvererõhutõbi, raskus peas	
Kaelalülid	II	Suuraju alaosa, väikeaju, silmad	Tasakaaluhäired, nägemishäired, silmade haigused	
Kaelalülid	III	Nina, kõrvad, kõrvalkoopad	Nohu, põskkoobaste põletikud, polüübid, kõrvade haigused	
Kaelalülid	IV	Keel, neel	Neelu põletikud, adenoidid, maitsetundlikuse häired	
Kaelalülid	V	Kõri, häälepaelad	Kõri põletik, häälepaelte põletik, angiin	
Kaelalülid	VI	Kilpnääre	Ainevahetushäired, närvilisus, südame rütmihäired	KÄED Valu, suremine, tuimus, moondumine
Kaelalülid	VII	Kõrvalkilpnäärmed	Kaltsiumi ainevahetuse häired - luude hõrenemine	
Rinnalülid	I	Kopsud	Bronhiit, kopsupõletik, astma	
Rinnalülid	II			
Rinnalülid	III			
Rinnalülid	IV	Rinnad	Fibroadenomatoos, kasvajad	
Rinnalülid	V			
Rinnalülid	VI	Süda	Kõik südame haigused, vereringe häired, astma, madal vererõhk	
Rinnalülid	VII	Maks, sapipõis, põrn	Kõik maksahaigused, tsirroos, sapikivitõbi, nahahaigused, vereloomeorganite haigused	
Rinnalülid	VIII	Neerud, neerupealised, diafragma	Kõrgvererõhu tõbi, neerukivitõbi, neeruvaagna põletik, langenud vastupanu haigustele	
Rinnalülid	IX	Magu, 12-sõrmiksool, kõhunääre	Haavandtõbi, gastriit, diabeet	

Lülisamba osa	Lüli	Lüli energeetilise toime all asuv organ	Lüli vigastusest tingitud sagedasemad haigused	
Rinnalülid	X	Sooled	Kõik seedehäired, kõhukinnisused, kõhulahtisused	
	XI			
	XII			
Nimmelülid	I			
	II			
	III	Naistel - munasarjad, meestel - sugunäärmed	Kõik nais- ja meessuguorganite haigused, sigimatus	JALAD Verevarustuse häired, veenide ja arterite põletikud, gangreen
	IV	Naistel - emakas, meestel - eesnääre	Müoom, menstruatsiooni häired, eesnäärme haigused	
	V	Põis	Põletikud, pidamatus	
Ristluu		Seksuaalne energia, mis toniseerib kogu keha	Häired seksuaalelus	
Õndraluu		Lahkliha, kusiti, pärasool, tupp	Uriini ja pärasoole pidamatus, naiste suguelundite alla- või väljavajumine	

Lüli vigastuse piirkond (paremal-vasakul, ees-taga, ülal-all) on otseses vastavuses haigusega. Näiteks: kui VI rinnalülil on vigastus eespinnal, siis südames on haiguskolle eesseinas.

Mõisted parem-vasak, ees-taga, ülal-all on inimkeha hädade mõistmisel väga tähenduslikud.

- **Parem** - keha parem pool on naisenergia kandja. See on seotud ema ja naissooga. Kui Te ise olete naine, siis ema head-vead, mis Teis on võimendunud, kerkivad esile paremal kehapoolel.
  Tugev parem kehapool on tugev emalik alge. Nõrk parem pool on probleemid emaga või naisega või naissooga (edaspidi - ema).
  Vaadake ennast peeglist: parem õlg on alla vajunud, paremal pool on abaluul kühm või juba küür. Lülisamba ülaosa on armastustunnete kandja. Te tunnete, et ema ei armasta Teid või ei võta Teie armastust vastu või Teie tunded ei leia emas vastukaja vms. ja see raskus surub paremat õlga maadligi.
  Kui paremal keskseljas on küür, siis on Teil süütunne ema ees.

Kui parem puus on alla vajunud, siis Teie ema eluraskused ja lahendamata majandusmured (rahaprobleemid) on Teil hinges ja ootavad vabastamist.
Parema kehapoole organite haiguste seotust vaadake samast tabelist.

- **Vasak** - keha vasak pool on meesenergia kandja. See on seotud isa ja meessooga.
Tugev vasak kehapool on isaga seotud heade suhete näitaja.
Nõrk või haige vasak kehapool ootab, et isaga ja mehega seotud stressid vabastaksite analoogselt nagu parema kehapoolegagi.

Et vabastada stressi andeksandmisega, mõelge hästi oma probleemidele vanematega ja kui leiate õige, siis vabanete hädast.

Ei ole inimest, kellel ei oleks isa või emaga, järelikult ka meeste või naistega seotud stresse. Vastasel juhul Teil poleks olnud enam vajadust tulla füüsilisse kehasse, sest Te teaksite juba kõiki maiseid tarkusi.

Stressi mõiste on sageli ebaselge. Sellest räägime veel korduvalt, aga ka häbenemine, piinlikkuse tunne, tahtmine varjata ja peita, ebamugavustunne, oskamatus leida väljapääsu jne. on samuti stressid.

Kõik vastandid moodustavad terviku, nii ka ema ja isa ehk parem ja vasak. Seepärast ei saa alati täpselt eristada haigust või on see mõlemal kehapoolel.

Näiteks: nii parem kui ka vasak õlg ja käsi valutavad, surevad, on abitud. Järelikult ema ja isa on teineteist mõjutades muutunud sarnasteks ja mõjutavad Teie mõlemaid külgi ühtlaselt. Jälle meenutan: see on nende probleem, Teie ei pea seda endasse võtma. Seega - andke neile andeks, et neil on sellised probleemid, - andke endale andeks, et nende probleemid endasse võtsite ja - paluge oma kehalt andeks, et temale sellega halba teete. Sageli vastatakse : "*Kuidas ma nii südametu olen, et vanemate muresid kuulda ei võta?*" Ikka ja jälle rõhutan: negatiivsus tuleb võtta mõistusesse, siis saab südameheaduse rakendada töösse probleemi lahendamiseks või teise toetamiseks.

- **Eesmine** - keha eespool on tundeenergia väljendaja. Kõik vaevused keha eespinnal on seotud negatiivsete tunnetega, mille Te endasse olete võtnud.

- **Tagumine** - keha tagapool on tahteenergia väljendaja. Kõik, mis

Teie tahet alla surub või hävitab, võimutseb, muserdab, nullib, alahindab, naeruvääristab, võtab Teilt võimaluse täita oma vajadusi, saavutada eesmärke. Hävitatud tahtejõud on hävitatud elu.

Tagumine kehapool ehk selg ehk lülisammas tähendab elu põhimõtteid, seega annab elulele mõtte.

- **Ülemine** - keha ülemine pool tähendab tulevikku suunatud energiat. Kui inimesel on hirm tuleviku ees, siis jääb tal haigeks ülemine kehapool.

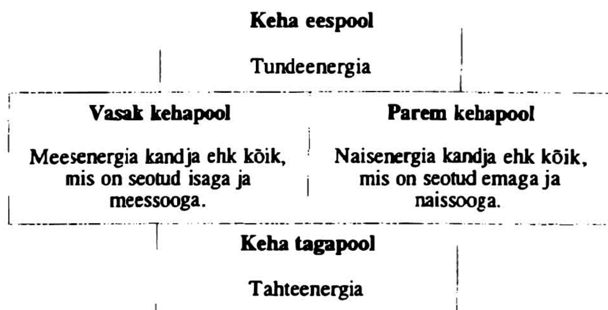
- **Alumine** - keha alumine pool tähendab minevikku suunatud energiat. Kui minevik on olnud ülejõukäiv, siis haigestub alumine kehapool.

Mõelge ja Te leiate iseenda kehas üllatava loogika, mis annab võtme kellele kuidas andestada ja kellelt kuidas andeks paluda.

Ometi saab maisele inimesele kõik alguse möödunust. Andeksandmise õpetus baseerub möödunu lahtimõtestamisel ja algpõhjuse kõrvaldamisel.

Kuna me oleme emaga eeternabanööriga igavesti seotud, siis ema mõju lapsele on sageli nii suur, et muutume oma ema ja isa sarnaseks ning hakkame ise teisi samamoodi mõjutama. Järelikult - kui minus on negatiivsus, millega ma mõjutan abikaasat, perekonda, kollektiivi, siis ma pean neilt andeks paluma.

Kokkuvõtlikult - iga inimene võib loogikale tuginedes leida haigust põhjustava stressi kui ta teab keha energiate jaotumist.



Eraldi väljatoomist vajab keha tagapool ehk selg = tahtejõud, tahte-energia.

Selja jaotus piirkonniti	Tunded seljas	Sagedasemad stressid
Pealaest III rinnalülini + õlg ja käe ülemine pool + 1.-3. sõrm.	Armastustunded.	Hirm, et mind ei armastata. Hirm, et ei armastata minu vanemaid, peret, lapsi, abikaasast jne.
IV ja V rinnalüli + käe alumine pool + 4.-5. sõrm + kaenlaalune lohk.	Armastusega seotud süütunded ja süüdistamine .	Hirm, et mind süüdistatakse, et ma ei armasta. Süüdistamine, et mind ei armastata.
VI - XII rinnalülini.	Süütunded ja süüdistamine.	Hirm, et mind süüdistatakse. Teiste süüdistamine.
I - V nimmelüli.	Majandusprobleemidega seotud süütunded ja süüdistamine.	Hirm, et mind süüdistatakse, et ma ei lahenda majandusprobleeme. Hirm, et mind süüdistatakse raha raiskamises. Teise süüdistamine kõigis majandusasjades.
Ristluust varvasteni.	Majandusprobleemid.	Hirm majandusprobleemide ees.

H i r m   h ä v i t a b   t a h t e j õ u.

Hirm on neerupealiste stress, mis valitseb tšakrate kaudu kogu keha. Hirmust tabamuse saanud organ ei taha tööd teha. Kui organ ei taha, siis teda sundida ei ole võimalik.

Lapsed kannatavad vanemate stresside käes. Nad on selgeltnägijad ja tahavad vanemates head näha.

Kes parandab minevikku, see parandab samaaegselt ka tulevikku.

Ülemine kehapool - TULEVIK	VII tšakra (Kroontšakra)	USK
	VI tšakra (Kolmas silm)	Tunde ja mõtteenergia tasakaal = LOOTUS
	V tšakra (Kõritšakra)	Suhtlemine
	IV tšakra (Südametšakra)	ARMASTUS
Alumine kehapool - MINEVIK	III tšakra (Päikesepõimik)	Võimuenergia
	II tšakra (Häbemetšakra)	Seksuaalenergia
	I tšakra (Juurtšakra)	Elujõu energia

Kui haigus on olemas, siis mõelge, kas ta on vasakul või paremal, all või üleval, ees või taga, missuguses tšakras ja missuguse lüli kohal ning Te leiate põhjustaja oma hingest.

Andke stressile andeks ... Andke endale andeks ... Paluge kehalt andeks ...

Olete leidnud õige põhjuse, kui haiges kohas või kogu kehas tekib kergendustunne. Korduvalt andestades kaob valu, seejärel kogu haigus.

Kui inimene on pealaest jalatallani haige, siis põhjuseks on see, et ta ei oska andeks anda ega andeks paluda. Ta ei tunnista oma vigu. Kui hakkab tunnistama, andestama, siis paraneb.

Selleks, et paranemine oleks püsiv, peab oma mõttemaailma muutma täielikult ja lõplikult.

Hingerahu = Tervis

Miks vanasti inimesed rahulikud olid? Seda polegi nii keeruline välja mõelda:

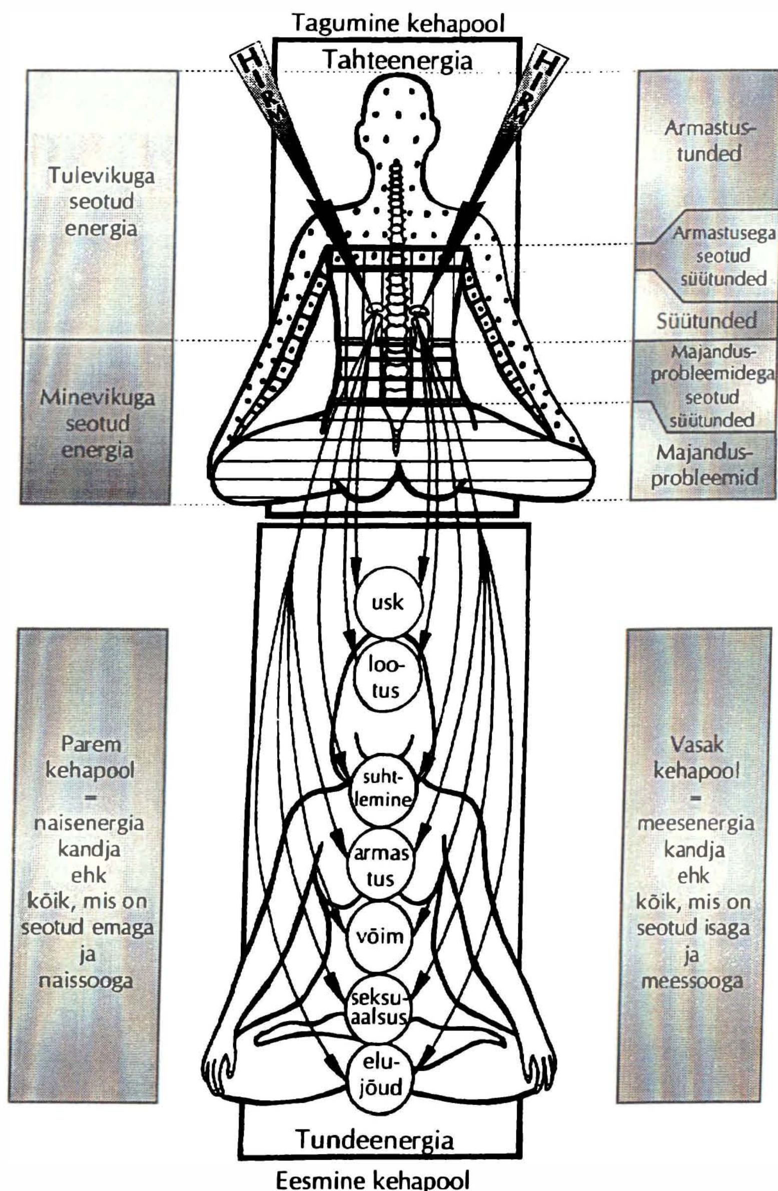
I tšakra - Esmaspäev
II tšakra - Teisipäev
III tšakra - Kolmapäev
IV tšakra - Neljapäev
V tšakra - Reede
VI tšakra - Laupäev
VII tšakra - Pühapäev = **Hingamise päev**

Kui inimene väärtustab hingamise päeva, siis on tal aega mõelda möödunud nädala vigadele, sellest õppida, et jätkata edasi juba targemana. Vanasti palus inimene pühapäeval andeks oma vead ja sellega õnnistas tulevikku.

Tulevik toetub minevikule aga eksisteerib vaid üks igavene praegu = minevik + olevik + tulevik.

Ülevaatlikult ja kokkuvõtlikkult annab energia paigutuse järgmisel leheküljel asuv skeem.

HIRM valitseb neerupealiste kaudu kõiki tšakraid



Hirmu võim ja ellujäämise õpetus.

Inimkond on hirmu vang!

Et paremini mõista stresside ülekasvamist haiguseks on kõige ilmekam selgitada hirmu toimet. Juba ürgajal teati hirmu maagilist mõju vaenlasele: hirmutav sõjakisa niitis ka relvata jalust maha.

Hirmu negatiivne energia tabab neere ja neerupealisi. Neerupealistes tekib spasm füüsilisel tasandil ja hormoonide erituse langus või katkemine, nad ei jõua enam verre vajaduse järgi. Need hormoonid on eluliselt tähtsad ja seda tõestab tõsiasi, et kliinilises surmas olijale süstitakse kõigepealt neerupealise hormoone.

Neerupealised paiknevad III tšakra tagaosas, seega on seotud:

- võimu ja valitsemisega,
- tahtejõuga.

Nii otseses kui kaudses mõttes valitseb hirm praegu inimkonda ja hävitab tahtejõudu.

Igal organil on teadvus. Kui kaob tahe, siis organ ei taha töötada. Olenevalt hirmu eripärast halvab ta erinevat tšakrat, organit.

Meenutuseks:

VII tšakra	-	Usu probleemid
VI tšakra	-	Tunde ja mõttemaailma tasakaalu probleemid
V tšakra	-	Suhtlemise probleemid
IV tšakra	-	Armastuse probleemid
III tšakra	-	Võimu ja valitsuse probleemid
II tšakra	-	Seksuaalsuse probleemid
I tšakra	-	Elujõu probleemid

Sageli eitatakse hirmu, kuna ei taheta end araks tunnistada või peetakse hirmu tundeks, mis füüsilise ohu puhul tekib.

Kui ütleme - ma ei taha, ma ei söanda, kas ma mitte ei eksi, ei tea kas ma ikka - siis nende taga on tegelikult hirm.

Kes vaevub mõtlema ja iseendaga rääkima see saab endale tunnistada, et kardab.

Hirmuvalitsus mõjub tšakratele sarnaselt, kuigi üht hirmu nimetame hirmuks, teist ei taha kuidagi nii kutsuda.

Olgu toodud iga tšakra kohta üks näide:

Tšakra	Hirm	Aeglaselt toimides	Kiirelt toimides
VII tšakra	Hirm usaldada iseennast.	Psühhiaatrilised haigused, neuroosid.	Psühhiaatrilised haigused, psühhoosid.
VI tšakra	Hirm vastutuse ees.	Peavalud, meningiit, entsefaliit.	Insult ja halvatus või surm.
V tšakra	Hirm suhtlemise ees.	Kilpnäärme, kõri ja häälepaelte haigused.	Kõriturse, mis võib lõppeda surmaga.
IV tšakra	Hirm armastatut kaotada.	Südame, kopsude ja rinnanäärmete kroonilised haigused.	Infarkt, astma, äkksurm.
III tšakra	Hirm tigeda, põlgava, naeruvääristava, kadeda, sundiva jms. inimese või olukorra ees.	Maksa, mao, 12-sõrmiksoole, põrna, kõhunäärme haigused.	Ägeda iseloomuga samad haigused, sageli iivelduse ja oksendamisega.
II tšakra	Hirm oma seksuaalsuse pärast.	Kutsub esile seksuaalfunktsiooni langust, lastetust, üldist lihastoonuste langust, füüsilisi haigusi.	Suguvõimetus, suguhaigused.
I tšakra	Hirm oma elujõu pärast.	Selline inimene hääbub, muutub lootusetuks ja apaatseks, teda ei huvita miski. Kustub vaikselt.	Võib saabuda äkksurm, kuna sulgub peaenergiakanal.

Hirm võib olla ka kombineerituna erinevate tšakrate energiatega.

Eriti valitseb hirmu-maagia inimesi praegusel momendil. Kõikvõimalikud loodusõnnetused, sõjad, majanduslik kaos, kuritegevus, ebaselgus, kindlusetus ja ennustused hirmutavad ja põhjustavad haigusi. Inimene ei mõtle, et kõik need probleemid on inimkonna vale mõtte ja teo tagajärjed ja

on loomulikud. Et heale järgneb halb on loomulik ja siis tuleb jälle hea. Kartmine ainult suurendab halba.

Aga inimene aina tunneb hirmu. Kes andestab hirmu endast vabaks, saab elada hingerahus.

Selle asemel, et tunda hirmu tuleviku ees hakake parandama olevikku. Eriti soovitan seda pensionäridele, töötutele, haigetele, kelle aeg läheb tulutult raisku.

Meenutan ühte vanamemme, kes oli tänu oma heasoovlikkusele olnud väga terve inimene, aga kogu aeg kartnud kõigi ja kõige pärast ja lõpuks haigestunud. Kui ma talle selgitasin haiguse põhjust oli ta lausa õnnetu oma rumaluse üle, aga ka abitu oma olukorda lahendama.

Õpetasin teda, esiteks, hirmule andestama ja, teiseks, kõigile andestama, kes teistele halba teevad, sest halba teeb ainult see, kelle hinges ei ole armastust. Iga hea inimene võib andestada emale, kes oma poja on armastusest ilma jätnud nii, et poeg on sõdima läinud. Iga hea inimene võib andestada ka sellele pojale ja saata talle armastust - seda, mille puuduse tõttu see rahutu hing ilmas halba teeb. Siis lõpeb vägivald.

Kui armas oli vaadata selle vanamemme heldimuspisaraid: ta oli rõõmus, et leidis kuhu oma armastust saata, ta ei olnud enam hirmunud ülearune.

Hirmu juured on tegelikult palju sügavamal - inimvaimu põhjatuses. Vaim, kes praegu inimesena ilmas elab, on siin olnud juba palju kordi. Igas elus on inimene teinud vigu, mida ei osanud õigesti hinnata ehk teisiti öeldes - ei õppinud targaks. Tema hing tunneb süüd, et ta oma keha õppetunde ei osanud õigesti läbi viia. Vaim küll teab, et süüd iseenesest ei ole, aga keha teadvus toimib läbi alateadvuse (hinge) talle siiski.

Süütundega vaim tuleb Maa peale üha uuesti ja uuesti, et oma süüd lunastada. Ühe asja õpib ära, teise mitte. Vaim mäletab kõike ja teab kõike, ka seda, et õppida võib läbi õpetuse - enne vea tegemist. Kogunenud vigade süükoorem mõjub Maale. Vaim tunneb, et tänu tema vigadele on Maa olukord halvenenud. Järelikult vaim teab,et kujunenud momendi kaoses on tema osaline ja tal tekib hirm Maa saatuse pärast, sest ta vastutab põhjuse ja tagajärje seaduse alusel Jumala ees.

See ei ole kohtupingis istumine, kus määratakse karistus vaid iga vaim vastutab Kõiksuse tarkuse tõusu eest ja kui ta arengut takistab, siis selle tagajärjed on globaalsed, puudutades konkreetselt ka teda ennast.

Lühidalt ja kokkuvõtlikult - **vaim teab, et tema vigade läbi on Maa sattunud kriisi, tema süütunne põhjustab hirmu tuleviku ees. Hirm hävitab iseenda keha ja takistab vaimu arengut.**

Selle hirmu heastame, kui palume Maalt ja Jumalalt andeks, *et oleme oma vigadega neile halba teinud*, anname endale andeks, *et oleme seda teinud.*

Maad ümbritseb negatiivse energia kiht, mis koosneb omakorda erinevate stresside kihtidest. Igaüks võiks vastavalt oma stressidele paluda Maalt andeks, *et ma olen oma viha, kadeduse, hirmu, süütunde, ahnuse, kättemaksu, pahasoovlikkuse, süüdistamise, kahjurõõmu jne. kuhjamisega Maa puhtast Kosmosest isoleerinud.* Ja endale andestada, *et nii olen teinud.* Maa ootab armastust samuti kui igaüks meist!

Kes andestab pealiskaudselt, see saab ka vastava tulemuse. Maa ootab andestamist, mis vabastaks inimkonna iseenda kütkest. Kõik, mis on hirmutav, on ebaselge ja hirmunud inimene vaatab Maale ja temas toimuvatele protsessidele kui ülekohtule ja õudusele. Maa armastab inimkonda, aga on sunnitud taluma inimeste negatiivsust. Maa püüab negatiivsust tasakaalustada kõikvõimalike protsessidega pinnases, aga inimene reostab Maad kiiremini. Kuhjunud negatiivsus põletatakse läbi maavärinate, üleujutuste, vulkaanipursete, paduvihmade, sõdade jne. näol. Kui Maa seda ei võimaldaks, siis ta puruneks täielikult ja hävineks.

Igaüks, kes tahab olla õnnelik, peab Maad aitama, teisiti ei ole võimalik. Maa on meie kodu. Kui kodu ei armastata, siis ta hävineb. Igaüks, kes on halvad mõtted koju toonud, rikub kodu atmosfääri ja see kodu võib puruneda. Keegi ei tunne end seal kodus vabalt. Inimkond on iseenda stresside vangis.

Andestamise õpetus on ellujäämise õpetus.

Väga raske on mõtlema panna praegust materiaalsuses kinni olevat inimest. Sageli kuulen enne kui mõtte lõpetan: "*Ei, see häda pole mul sellest.*" Muigama ajab, sest selline inimene eitab momentaalselt kõike, ka head, sest ta on nii halva vangis, et ta töötab automaatselt kõigile vastu. Rõhutan sageli - ajud ei ole loodud ilu jaoks, nad on tarbe jaoks. Mõelge ja tehke järeldusi. Andestage oma stressidele, alati ei ole vaja otsida selle taga inimest.

Istuge ja tunnetage enda ees musta udupilve - see on Teie hirm. Hirm on energia, energial on teadvus, järelikult Teie hirm kuuleb Teid. Ta ei ole pahatahtlik ega tulnud Teid kiusama. Teie ise olete ta enda sisse võtnud. Tema on tulnud Teid õpetama.

Teie keha kannatab selle all, aga hirmu ära saata ta ei saa. Ainult Teie ise saate seda teha. Keha teab, et kõike, mida Te endasse võtate, vajate Te selleks, et õppida ja targaks saada. Ja keha peab kannatama ning kasvava hirmumäe all vaevlema. Keha annab Teile erineval kombel tunda. Aidake siis ometi teda!

Öelge sellele hirmupilvele: "*Ma annan sulle andeks, et sa minusse tulid. Ma annan endale andeks, et ma ta endasse võtsin. Kallis keha, anna mulle andeks, et ma sinule sellega halba tegin. See oli õppimine, aga nüüd olen ma targemaks saanud.*"

Tunnetage nüüd oma keha ja Te tunnete, et keha läks kergemaks. Tunnetage ka hirmu, võib olla Te tunnete ka, et tema vähenes. Palju kordi korrates kaob hirm. Samuti saab vabastada kõiki stresse. Siis juba saab andestada inimesele, kes Teid hirmutas.

Niikaua, kuni Teis on hirm, teab Teie keha, et Te vajate hirmutamist ja Teile tuleb ligi inimesi ja olukordi, mis Teid hirmutavad. Kui Te hirmu enam oma hinges ei kanna, siis nagu imeväel Te ei kohta enam ka hirmutavat.

Andeks andmine peab olema harjumuspärane tegevus. Niikaua, kuni Te täielikult vaba ei ole, tuleb Teile ikka ja jälle, kasvõi natukene, hirmutavat lähedale või loete või kuulete vms. Sellised kiusajad tõestavad, et Te ei ole veel hirmust täielikult vaba.

Palju on neid, kes 1-2 korda moe pärast andestavad ja siis teevad järelduse: "*Pähh! See ei aita midagi. Inimeste lollitamine.*" Ja jätkavad teed hullumeelsuse suunas. Aga elus on nii, et kuidas töö, nõnda palk.

Inimene, omades juba eelnevate elude süütunnet, tõmbab endale ligi olukorda, kus ta jääb isegi süüta süüdlaseks. Sageli tuntakse põhjendamatut süütunnet, mis kurvastab või ärritab. Vaevalt saab keegi sõna öelda, kui see tundub etteheitena, seega süüdistusena. Süütundega inimesele ei ole midagi võimalik selgeks teha. Mida suurem on süütunne, seda lähemale tuleb hirm tuleviku ees. Kelle hinges on süütunne, seda peab süüdistama - ta vajab seda.

Kuna kroonilist hirmu ei nimetata hirmuks, aga ta valitseb inimese üle, tekitab takistuse liikuda oma teel, siis ta tekitab protesti ja viha ning võitluse võimu vastu.

Võitlejatüüp valib vihase võitluse halva vastu. Allaandja tüüp uputab hirmu alkoholisse või narkootikumidesse.

Neurasteenilised pidevad rahustite narkomaanid õigustavad enda võitlust haigusega.

Võidab see, kes võitleb hea eest, mitte halva vastu.

Süütunne, kasvades kriitilise piirini, muutub hirmuks. Hirm, kasvades kriitilise piirini, muutub vihaks. Viha, kasvades kriitilise piirini, ... **hakkab hävitama inimest ennast.**

Viha tekitab vihast haigust - vähki.

Ei ole tähtis, kas Te olete väljapoole nähtavalt vihane või kogute sissepoole viha - tulemus on ühene. Hirm vähi ees tõmbab seda veel kiiremini ligi. Teiste viha endasse hoiule kogumine ja muretsemine "*miks nad nii teevad?*" on sama toimega.

Viha.

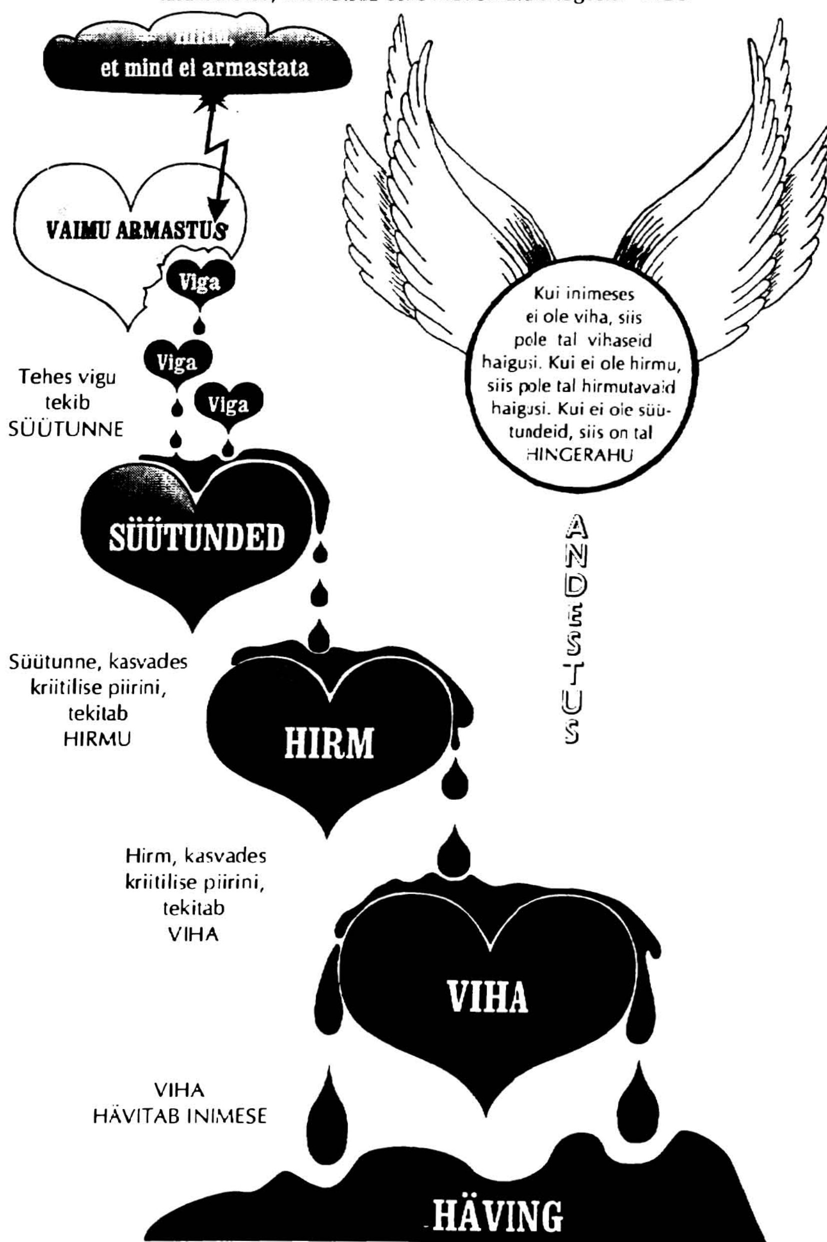
Sõltumata sellest, kas ma ise olen tige inimene, kas minusse suhtutakse halvasti, minu juuresolekul ollakse tigedad, karadan tigedaid, ei talu = vihkan tigedaid jne. - **minus on viha stress.**

Viha olemasolu tõmbab viha ligi ja viha kasvab:

- I staadium - **hirmunud viha.**

1. Hirm viha ees - hirm, et viha hävitab armastuse. See tekitab rahutuse, paanika.
   Tagajärg - ALLERGIA
2. Hirm, et mind ei armastata tekitab vajaduse oma hirmunud viha lämmatada, mitte protestida, *siis armastatakse* = salahirm = lämmatatud tunded.
   Tagajärg - ASTMA

Kui inimesel on hirm, et teda ei armastata, siis tekib tal tunde- ja mõttemaailma tasakaalutus, mis kutsub esile mõtlematuid tegusid - VIGU



- II staadium - **vihane viha**.

  1. Vihane võitlus tigeda vastu, *sest ta on ju tige*.
     Tagajärg - SAPIKIVID.

  2. Hirm, et mind ei armastata tekitab vajaduse varjata oma viha tigeda vastu, *siis teised armastavad* = salaviha.
     Tagajärg - NEERUKIVID.

- III staadium - **pahatahtlik viha**.

  1. Kui muidu pahast inimesest võitu ei saa, siis soovitakse talle halba. Otse näkku öeldes tekib tüli, kus selgub ka tõde, aga kui *heategija* ikka ei rahuldu, sest vastane ei muutunud tema soovi järgi, siis pahatahtlik viha kestab ja kogub jõudu järgmise tüli tekkeks.
     Tagajärg - AEGLASELT ARENEV VÄHK.

  2. Hirm, et mind ei armastata tekitab vajaduse varjata oma pahatahtlikku viha, sest igaüks vajab teiste armastust, sellest ei saa kunagi ega kellelgi küllalt.
     Tagajärg - KIIRELT ARENEV VÄHK.

Siia kategooriasse kuuluvad inimesed, kelle kohta öeldakse, et nad ei tõsta kellegi suhtes häält, on alati kannatlikud ja mõistlikud, aga ilmaelu ei ole nende suhtes õiglane.

Elu on õiglane, aga me peame elu reegleid mõistma.

Armastuse ärateenimise kirglikus võidujooksus, vajades tunnustust ja kiitust = armastust, ei mõista inimene, et tegelikult ta tahab hirmu eest ära joosta, teadvustamata, et hirmu jalad on kiiremad.

Saavutamata eesmärki hakkab see hea inimene nuhtlema iseennast, vihkama enda võimetust, isegi needma ennast, kui midagi peaks mitte õnnestuma.

Jõud lendab tuulde. Pidev väsimus sunnib kohusetundlikku inimest, ise ennast vihates, sundima hambad risti unistuste redelil tõusma.

Kõik näevad temas edasipüüdlikku, töökat, hoolikat, korralikku inimest. Ainult, et abikaasa ja pere jäävad armastusest ilma. Varsti temast endastki, kuigi ta ütleb end nende nimel kõige enam rabelevat. Tegelikult teenib ta välja armastust, mõistmata, et tema hirmu müür takistab armastust

nii saamast kui ka andmast.

Vähk hävitab sellise inimese ruttu. Sama ruttu võib see inimene ka paraneda, kui ta annab andeks hirmule, et teda ei armastata. Sellise põhjusega vähihaigete paranemine on minu jaoks olnud **ime**. Pean rõhutama - need on inimesed, kes teevad kõike põhjalikult, ka andestamist.

Tagajärg on vääriline teole.

Kui vähihaige annab oma stressidele hommikust õhtuni andeks, siis ta on mõne kuuga terve. Kui ta hirmust, et mind ei armastata, tahab ikka vapralt edasi töötada ja armastust ära teenida, teha ikka head nägu, et julge välja näha, siis teda aidata ei saa.

Haigust ei saa ravida muuseas, muude tähtsamate asjade seas kui kõige vähem tähtsat. Iga inimene peab oma hinnanguskaala ise pingejärjekorda seadma ja tulemuse vastavalt sellele saama.

Inimese keha olukord, tema tervislik seisund on inimese elufilosoofia peegelpilt.

Inimese surm saabub siis, kui inimene on oma vigadest aru saanud. Teada on, et surijatel läheb kogu elu filmilindina silme eest läbi. See ongi oma vigade mõistmiseks. Viha teeb silmad pimedaks. Vähihaigetel käib seepärast see lint väga palju kordi silme eest läbi, enne kui nad piinadest vabanevad. Vähihaige, kes on ära õppinud andestamise ja sellega õigesti tegeleb, võib paraneda. Aga kui haigus on liiga kaugele arenenud, siis tal on õnn lahkuda vaid minuteid kestva agoonia järel.

NB! Kui tahetakse vähihaiget päästa, siis peavad parandama end ka tema vanemad ja perekonnaliikmed või peab haige isoleeruma täielikku üksindusse looduses ja suhtlema vaid Õpetajaga.

Õigesti mõtlevad inimesed on rõõmsameelsed, nad ei hau kättemaksu vaid andestavad. Vihastamised ajavad neid pärast naerma, sest nad on vihastamise momendil laskunud vaid vastaspoole tasandile, aga pärast mõistavad olukorda ja andestavad rumalale.

Targem annab järele, öeldakse, sest targem oskab õigesti mõelda, ta oskab andestada rumalale. Ta mõistab rumalat. Rumala peale vihastaja on ise rumal. Tark ei vaja, et talle tõestatakse, et ta on tark.

Hirmu juured võivad olla sügaval.

NÄIDE ELUST.

Väike poiss on sageli hingamisteede katarrides. Isaga on laps väga rahulik ja koos tegemised kulgevad mõistlikult ja meeldivalt. Emaga läheb laps kiiresti rahutuks ja närviliseks. Ema on raseduse ajal tekitanud pojale tahtmatult meeste põlgamise stressi.

Ema isa oli pehme loomuga väga mehine ja füüsiliselt tugev mees. Ema emal aga omakorda oli oma vanemate suhete tõttu stress - *mehed on hoolimatud ja halvad*. Selline oli omakorda tema ema arvamus. Ta hakkas oma väga mehelikku mehesse suhtuma põlgavalt. Kuna stress ajaga kasvab, siis ta, mõjutades selle arvamusega oma meest, põhjustas selle pehme loomuga mehe allakäigu. Naine põlgas ja mees, tundes seda, hakkas jooma ning loomulikult, tulenevalt sellest, enam ei hoolitsenud oma pere eest. Nüüd oli naisel juba kindel õigustus oma arvamuse suhtes meestesse.

Tütar oli selleks ajaks juba sündinud, ta oli kolmas põlvkond, kes kolm korda halvustavamalt meestesse suhtus ja tema oli juba väga suure probleemi ees: kas üldse abielluda või mitte. Looduslik vastassugupoole külgetõmme oli kord üle, kord alla. Raseduse tekkega jäi loodus peale. Aga stressi andis naine oma pojale, kes mehehakatisena tunneb, et ema põlgab teda, kuigi ema armastus on tema vastu suur. Stress on nende vahel ja ei lase ema lähedale.

Looteperioodil on poeg saanud tuge oma isa armastusest ja nüüd jätkub sama soe suhtumine. Kui ema ei oleks oma stressi vabastanud, siis selle poisi suhted naissooga oleks tulevikus olnud rasked: naised põlastavad ju teda. Loomupärane sooline kirg otsib väljapääsu ja siis oleks temast maha jäänud rida pettunud naisi ...

Stressi vabastamine on hädavajalik. Selle poisi ema on mõistusega kõik teinud, et ta pere oleks koos ja kodus valitseks kord ja soojus. Rohkem tahtlikult olusid muuta ei saagi. Aga mõistusega allasurutud põlgus meessoo vastu ju kasvab aja kuludes, kuigi mees on igati armastav, tore ja töökas. Aga ka tema kulub nähtamatu stressi käes ...

Alati on midagi veel vaja, järelikult saab ka puudustele vaadata kui mehe suutmatusele. Naine mõistis oma sünnistressi, andestas ja kohe hakkas nägema oma meest teises valguses. Poeg vabanes pingest ja pere sai lummusest vabaks.

Selline pinge on nagu needus, mida praegu nii väga otsitakse ja leitakse. Ei ole tarvis ei sensitiivi ega nõida, et vabastada needus. Ise on inimene selle enda külge võtnud ja ise saab vabaks ka. Vajalik on ainult mõelda selle peale, mis sind painab ja kui selle painaja taga on tunda inimest, siis tuleb temale andeks anda tema painav mõju minule, endale andestada, et ma selle endasse võtsin, ja paluda oma kehalt andeks, et oma kehale sellega halba teen.

Kui inimene mõtlematult kellelegi kurdab: "*Mulle oleks nagu needus peale pandud, kõik läheb viltu.*", siis on üsna võimalik, et nii see ka on. Lihtsalt alateadvusest tuli see teave välja.

Nüüd tuleb pöörduda needuse poole: "*Needus, ükskõik kelle poolt sa minule oled tulnud, ma annan sulle andeks, et sa tulid. Ma annan endale andeks, et ma su endasse võtsin. Kallis keha, ma palun sult andeks, et seda needust enne ei ole osanud sult ära võtta. Aga nüüd oleme me kõik vabad. Ma armastan kõiki! Ka needust, sest ma õppisin tema läbi midagi.*"

Väga lihtne, kas pole. Selle asemel, et tunda hirmu ja ägada vaevades järjest enam, andke andeks!

Paljudel inimestel on enda pandud needus peal. Kui keegi kedagi neab ja teine on positiivse tugeva mõttelaadiga inimene, siis tema needust endale ei võta. Needus põrkab needjale endale tagasi. Kuna needja on negatiivse mõttemaailmaga, siis ta on nõrk ja needusel tema enda sisse kinnistuda ei ole mingi kunst. Mõni inimene eksib elus ja neab ennast eksimuse pärast, mõni aga tuleb needusega juba eelmistest eludest, sageli ka enda pandud needusega.

Pidage meeles! Kes kunagi needuse enda suust on välja lasknud, see ise selle all kannatab. Ja kui ta on selle teisesse saatnud, siis teine kannatab ka.

Andeks palumine vabastab!

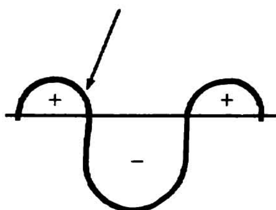
Kui Teie elu on võitlus vastutuulega, siis lõpetage see mõttetus. Otsige varju ja kasutage aeg ära iseendaga kõnelemiseks, iseenda elu üle järele mõtlemiseks. Siis võite üllatusega avastada, et tuul on muutnud suunda.

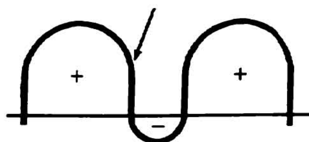
Elu on energia võnkumine - sinusoid, kus hea vaheldub halvaga. See on loomulik, vajalik ja õige. Kui halba ei oleks, siis ei oleks ka head. Seda tõsiasja tuleb rahulikult võtta.

Kui on hea periood, siis tuleb rõõmu tunda, et on hea. Kui on halb, siis tuleb rõõmu tunda, et veel halvem ei ole ja et hea on tulekul. Tavaliselt ei tea kohe, mille jaoks see halb hea on, aga kui hästi mõelda, siis saab aru.

Halva ootel ette hirmu tundmine - ja halb tuleb suurem.

Halva ootel ette halvale andestamine - ja halb muutub väiksemaks.



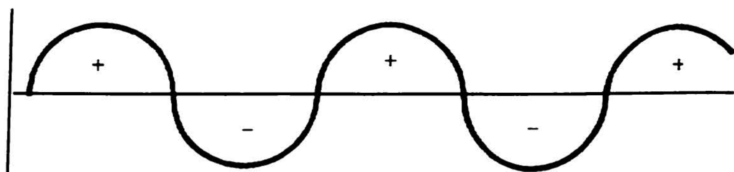


Kelle hing sellise suhtumise vastu tõrgub, see peab vaevlema ja kannatama. Tagajärg on vääriline teole.

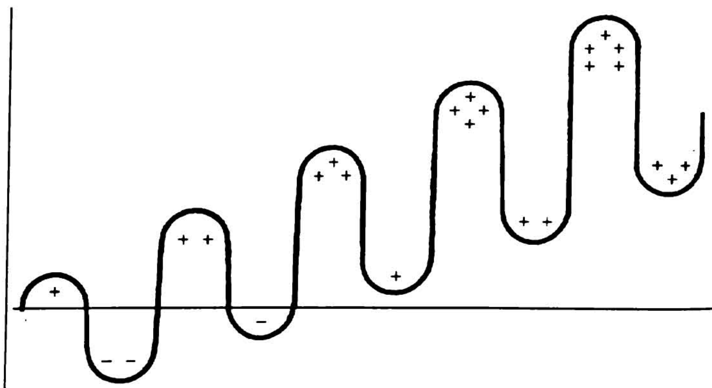
Elus kohtab väga sageli umbusku hea suhtes või lausa hirmu ja kibestumist: "*Ega see nii jääda ei saa.* **Minul** *läheb nagunii halvasti. Aga mis* **sinul** *viga,* **sul** *on ju kõik hästi!*"

Elu seadused on ühesugused kõigile. Kui ühe halb on suurem sellepärast, et ta halvasti mõtleb, siis teise hea on suurem sellepärast, et ta hästi mõtleb. Mõni asi võib ühele olla pisiasi, teisele aga suur õnn.

Inimese elu saaks väljendada graafiliselt.



Elu, kus midagi ei muutu - selline inimene ütleb, et ta pole elus midagi saavutanud.



Selline elu on **Inimese** vääriline: nn. nullseisud jäävad minevikku, vahelduma hakkab väga hea ja vähem hea ehk suhteline hea ja halb. Selline on **Inimese** liikumine, millele lisandub veel tõus mööda arenguspiraali. Nii muutub halb heaks.

Ateroskleroosist.

Eraldi vajab lahtiseletamist ateroskleroos e. lupjumine rahvapäraselt. Diagnoose, mis üritavad haige vaevusi põhjendada on palju: osteokondroos, neuralgia, radikuliit, pea ja jäsemete verevarustuse häired, neuroloogilised ärajäämanähud jne. Diagnoosist kergem ei hakka.

Kui lüli vajub teisele lülile peale, nad on liiga ligi, siis keha painutades puutuvad lülid kokku. Kui luu vajutab luu peale, siis tekib luukoe vigastus, kasvõi mikroskoopiline, raku tasemel. Vigastatud luu tahab kindlasti paraneda ja paraneb luusillaga - kindlustab end pealtpoolt. Ja ongi tekkinud nn. soolaladestus - eksostoos. Küsite: kust tuleb selleks materjal? Vastan: paikneb ümber sealtsamast vigastatud lülist. Lüli ise läheb järjest hõredamaks, aga eksostoos järjest tugevamaks. Nagu kulli küüs istub ta lüli serval ja iga kord torkab, kui Te oma selga ei siruta.

See on põhimõtteline selgitus. Määrav on kuidas lüli vajub: kas tasapisi

vananedes või tingituna traumast. Kui traumast, siis oleneb kas väikesest või suurest. Alati traumeerub see koht, kuhu stress traumat ligi tõmbab. Siin erandeid ei ole.

Lülide vahel on amortisaatoriteks diskid e. kettad. Traumadest nad kas nihkuvad, purunevad või kõhetuvad. Ka purunenud diski saab ilma operatsioonita terveks, kõigepealt paluge ise valulikult kohalt andeks, et talle trauma põhjustasite.

Õigesti oma kehaga suheldes kaovad ka 70-aastase inimese ateroskleerootilised muutused. Loomulikult aeglasemalt kui noorel, aga kuna iga muutus on kuhjunud ajaga, siis järelikult ajaga ta ka kaob. Sõltub endaga tehtavast tööst - paari kuuga või paari aastaga.

Selleks on vaja:

1. Paluda lülisamba käest andeks, et traumal lasite tekkida.
2. Vabastada stressid vastavalt eespool toodud loogilistele näpunäidetele.
3. Tõsta lülisammast.
4. Süüa munakoori.

Ateroskleroos kahjustab veel veresooni, tekitab kogu kehas verevarustuse häireid. Kogu nüüdisaegne maailm võitleb kolesterooliga - ateroskleroosi tekitajaga. Kummalisel kombel on ateroskleroos ka tõsiusklikel taimetoitlastel. Miks? Aga sirge ja tõstetud lülisambaga inimestel ei ole. Miks? Sirge ja tõstetud lülisammas annab võimaluse energial õigesti voolata. Organismi normaalne energeetika tagab kiire verevoolu, süsteem töötab õigel reziimil ja halb kolesterool on nagu liivapaber veresoonte seintele.

Verevoolu kiirendab ka õige tasakaalustav füüsiline treenimine. Kõige käepärasem ja igas olukorras kohandatav on võimlemine.

Tunnen kohe vastuseisu füüsilist tööd tegevate inimeste poolt, kuna nad samastavad oma tööd spordiga. Üks luude vaevamine kõik! Raske füüsiline töö teatavasti inimest terveks ei tee, eriti kui inimene selle juures musti mõtteid mõtleb ja ennast tööle sunnib. Aga vaimse töö tegija, kes rõõmuga leiab ühe tunni, et minna võimlema või jooksma, saab end terveks. Profülaktiliselt lapsena alustatud tervisesport aga ei lase haigeks jäädagi. Rõhutan - õige sport! On ka neid vaimse töö tegijaid, kes teavad, et **peavad** sporti tegema, kuna sellest sõltub nende võimekus.

Terveks saab ainult rõõmuga sportija. Kõik sundolukorras tegemised on tulutud.

Pidev ühelaadiline sundasendis füüsiline töö tekitab tasakaalustamata lihaspinge, mis pingestab luustikku. Tekib luu väsimine, mis põhjustab hõrenemist. Teatavasti väsib isegi metall. Luustik hakkab väsimusest nihkuma. Tavaliselt, kes vastu ei saa hakata, see jookseb pahategijal eest ära. Nii teeb ka luustik. Ta nihkub, ta on väsinud talumast vägivalda. Mida rohkem talle liiga tehakse, seda ettevaatlikum ta on - väike hoolimatu tõstmine ja nõks käib seljast läbi. Lülisammas annab sellega oma kallile omanikule võimaluse mõni aeg abitult lamada ja järele mõelda, mis ta valesti tegi. Nii toimub mõtlematu rahmeldajaga.

Aga inimene, kes hoolib oma tervisest nagu tööloomastki, kuid sunnib keha eesmärgikindlalt ülemäärast tööd tegema, saab tagajärjeks lülisamba järjest süveneva deformeerumise. Tekib tasakaalutus, mille puhul lihased on kangisüsteemis tasakaalust väljas ja vale pinge tekitab luude kuju muutumise.

Kui ma oma kehast hoolin ja kui ma, soovides talle head, rõõmuga alustan hommikut võimlemisega, siis valmistan oma keha päevatööks ette. Kui päev tõotab tulla raske, ütlen oma kehale: "*Anna mulle ette andeks, et pean täna seda rasket tööd tegema, aga teisiti ma ei saa. Tule mulle appi! Ma armastan sind. Lähme nüüd kahekesi tööle.*" Ja õhtul on Teie keha sama terve kui hommikul.

Jutu keha tugiaparaadist - skeletist, kuhu kuulub loomulikult ka lülisammas, lõpetan ühe näitega elust.

NÄIDE ELUST.

Rõõmsameelne ja heatahtlik suur toekas 50-aastane mees tuleb vastuvõtule ja ütleb: "*Te nagunii sellist haigust näinud ei ole. Ma näitan.*" Tõsi ta oli. Kui ta proteesi oma elefantiaatilise so. väga turses vasaku käe ümbert ära võttis, hakkas käsi silmnähtavalt pikaks venima ja küünarliigese koht hakkas nagu sardellide ühenduskoht peeneks ja kortsu tõmbuma. Pilt oli ahastamapanev. Meditsiiniline diagnoos: Syringomyelia - õõsaju. Äärmiselt harvaesinev haigus.

Haigus oli kestnud 25 aastat. Valu käes oli pidev ja painav. Öösiti pidi mees magama põrandal nii, et pani haige käe külje alla, et käsi "ära sureks" ja valu tuimaks muutuks. Arstid püüdsid abistada igati. Aasta

tagasi viimase võimalusena otsustati käsi õlast amputeerida, aga õnnelik juhus astus vahele.

Vaatan seda kätt ja ei näe luud. Teisel käel on luu, aga sellel ei ole. Käsi on nagu kummist. Aga luu kontuuri näen. Ja näen, et 14-aasta vanuses oli tal küünarliigesest ülalpool mõranenud õlavarreluu. See oli diagnoosimata, fikseerimata ja tekkis kaltsiumi äravool. Arenes välja äärmuslik osteomalaatsia - luu pehmenemine nii, et küünarliiges lakkas olemast. Kui lülisamba kaela- ja turjaosa oleksid olnud terved, siis nii raskeks olukord ei oleks läinud. Aga mees hoidis pead õlgade vahel - see oli vigastatud koht, kaela sirutada oli valus. Ta on loomuselt kangekaelne ja kuigi ta ei soovi kellelegi halba, on ta oma õiguses kindel ning muutumatu.

Kasvatasin luu kokku. Kõik Teilegi õpetatud vaimse ravi meetmed võtsime kasutusele ja kui mees reedel, so. 5. ravipäeva hommikul tuli ning teatas, et ta oli eile selle käega mustikaid suhu noppinud, siis tundus see ebausutav. Aga kui nad koos abikaasaga ühe kuu möödudes uuesti tulid ja kui abikaasa palus naerdes luba kaevata, et mees tassib üksinda teraviljakotte, siis enam ma ei kahelnud.

See ei ole ime. See on teadlik ravi, mis algab põhjuse likvideerimisest ja vajab tervenemiseks usku, tahet ja hoolitsemist oma keha eest.

Aga miks ta just selle luu traumeeris? Ka sellel on põhjus - ainult et eelmises elus ja sellest tingitud stressiahel oli käe küljes siiani.

Hiljuti, so. kaks aastat peale käe tervenemist, tuleb sama mees parema silma veresoonte sulgumise ja nägemishäiretega. Põhjuseks on ikka kaela jäikus - muutumatult ja kramplikult oma tõekspidamistest kinni hoides on *tema hea* hea ja *tema halb* halb. Aga elu on läinud raskemaks. Rüütelliku mehena ta endast ei hooli - terve ju. Ta ei salli, et naiste elu raskeks on tehtud. Ta ei taha sellist elu näha. Alateadlikult ta kardab oma naise armastuse kaotamist. Ja keha annab talle sellise võimaluse - võtab nägemise ära. Teist võimalust praegu ei ole, sest Maa kriis tuleb enne üle elada.

Ikka veel üritab see mees vaimu tasandit heastada füüsilise tasandi abil - tööd tehes, et pere elu õnnelikuks muuta. Kes õpetust ei võta, seda omad vitsad peksavad, nagu vanasõna ütleb. Teistele head tehes ei tohi endale halba teha.

Tundliku ja mõistliku inimesena oli ta nädala pärast õnneks jälle terve. Ja targem.

Veel kolm päeva edasi. Mees helistab, et nüüd tema vasaku labakäe lihased vajuvad silmnähtavalt kokku ehk kõhetuvad. Mehes oli stress: "*Kui ma Eesti naiste elu ei saa parandada, siis mis mees ma olen kui oma naise elu ei hoia tasemel. Milleks mul käed-jalad küljes on!*" Kuna tegemist oli tuleviku probleemiga, siis käsi tuli talle vastu. Nüüd sai see tore mees aru, et ka kriisi tuleb osata õigesti ületada. Andis hirmudele ja enesesüüdistustele andeks. Kolme päeva pärast oli käsi jälle terve.

Kahjuks on vähe inimesi, kes mõistavad, et meeleparandus peab olema jääv. Arusaamad ja mõttelaad, kogu minu elu ja tuleviku elud sõltuvad sellest. Isegi kui ma ei hooli tulevasest elust, kuna mul ei ole usku tema olemasolusse, ei kergenda see olukorda. Nii nagu seaduse mittetundmine ei kergenda karistust.

Mõelge natuke oma elukogemuste peale ja Te näete, et kui on üks haigus, siis on kerge ka teine tulema. Ja kui neid on juba mitu, siis ma olen veel rohkem ärritunud ja hirmul - ei saa magada nii kui varem või ei õnnestu tööd enam, pea ei võta jne., jne.

Organism on tervik ja üks haigus näitab, et tasakaal on häiritud. Millal järgmine haigus tekib on lihtsalt aja küsimus.

Mis mees sa oled!?

Naine ja mees on vastaspoolused, kelle liit on püha tervik, mille mõlemad otsad peavad olema võrdsed. Naisel on tugevam tundepool, mehel füüsis. Naisel on habras keha, mehel hing. See on paratamatus, mida tuleb võtta kui vääramatut tõde. Mõlemad peaksid hindama naise tunnete tugevust ja mehe füüsilist jõudu ja hoidma purunemast naise füüsilist jõudu ja mehe tundeid.

Mis toimub tegelikult?

Materialistliku maailmavaate seisukohalt on mees tugevam pool. Jumalariigis on primaarne vaim - järelikult on see naine oma tunnetega. Inimkond peaks teadma ka seda, et elu on energia vool, mis kujutab endast sinusoidi - positiivse ja negatiivse ehk hea ja halva vaheldumist. Ja seegi on paratamatu tõsiasi. Ainult see, kes heal perioodil ei mõista rõõmu tunda ja

hingejõudu koguda, hakkab hoopis ohkima ja hädaldama, et nagunii see hea ei ole püsiv, et temal läheb kindlasti varsti halvasti (nagu teistel oleks teisiti), teeb halva suuremaks kui see muidu oleks olnud. Pidevalt halvahirmus olemine takistab varsti head nägemast.

XX sajandi lõpp on nõrga luustiku aeg, sest oleme praegu madalseisus. Seegi on paratamatus, mille tõdemine peaks suunama normaalselt mõtlevat inimest luustikku tugevdama, et luud ei puruneks ega deformeeruks. Praegu on ainuüksi 13-aastastest lastest 78% deformeerunud luudega.

Luustik on nagu maja. Pehmed koed, mida luustik kannab, on kõik muu, mis kodu juurde käib.

Luustik on isa. Kellel on autoriteetne isa, sellel on ka XX sajandi lõpus tugevam luustik võrreldes nendega, kellel on pehme iseloomuga isa. Deformeerunud luustik viitab nõrgale isale.

Viltune vaagen tähendab viltust perekonda (isa + ema) ja lülisammas sinna sirgelt toetuda ei saa.

Materialism on inimkonna suur ja valus õppetund, mis hakkas ületähtsustama materiaalsust. Hakkas ja kestab siiani varandusejaht, mis pani mehed kui tugevama soopoole raskesse seisu: *kui kullamäe kokku kühveldad ja naise sinna istuma paned, siis oled mees.* Ja mehed tahtsid olla mehed. Hingevalu sai sügavale peidetud ja armastusele teine nimi pandud. *Kui teed naise õnnelikuks, siis armastad jne., jne.* Ainult kulda ei ole maamunal nii palju kui vaja ...

Missugust hirmu on pidanud meessugu sellel jahil tundma! Lisaks hirm tühjade kätega koju tulla. Aga hirm kuhjudes summeerub vihaks.

Me tuleme ilma kord meeste kord naistena, siiski eksisteerib meessoo mälu ja naissoo mälu nii nagu igal energialgi on oma teadvus. Kõik meessoole (naissoole) sihitud süüdistavad sõnad on samaaegselt suunatud konkreetsele mehele (naisele).

XX sajandi naised näevad väga teravalt meessoo allakäiku ja suure lustiga tõrvatakse mehi. Mõistmata, et see on näiline, suhteline, sest tegelikult on olukord teistsugune.

Kulla naised! Lugege järgnevaid ridu tähelepanelikult ehk siis mõistate, et pildudes pori meessoole tabate Te oma isa, oma meest, oma poega. Aga määritud mehe tütar, naine, ema saab tingimata määritud. Ta paiskab oma süüdistuse mehele näkku mõistmata, et on millestki väga valesti aru saanud.

Me sünnime ilma valides oma keha ise oma soovi järgi, sest vajame

seda praegu õppetunnina. See kehtib nii naiste kui meeste kohta ja igaüks peaks iseenda keha armastama.

Tegelikult on vastupidi.

Vaimu valik on püha, seega inimese keha kogu oma täiuses on püha. Naised põlgavad oma mensest mõistmata, et see on Jumalast antud kuupuhastus, mis, arvesse võttes naise tunnete üleääre vahutamise võimalust, puhastab üks kord kuus naist liigsest negatiivsusest, teeb talle head. Enne mensest on naine närviline ja kergesti ärrituv, pärast rahunenud kui lilleke aasal.

Hirm rasestumise ees ja hirm lastetuks jääda tõmbab ligi just seda, mida Te kardate - rasedust või lastetust. Kui kardate rasestuda, siis hirmust häirub munasarja talitlus, munarakk ei pääse õigel ajal välja ja vabaneb just siis, kui Teie ei taha. Keda süüdistada? Teie keha ju teab, et Te tahate just nimelt rasestumise ees hirmu tunda. Tõestage talle oma tõeline soov sellega, et vabastate hirmu.

Naine, kes kardab lastetust ja samal ajal ka sünnitust, rikub mõlema protsessi loomuliku kulu ära. Naine protestib, et miks tema peab lapsi põetama, süüa tegema, tube koristama jne. Kui Te end seda tegema sunnite, siis on laste haigused pikad, söök maitsetu ja kodu külm.

Kallid naised! Rõõmustage, et loodus on nimelt Teile selle õiguse andnud, sest naise hinges asub põhjatu armastuse allikas. Armastus ravib lapsi rohkem kui rohud. Toit, mis on armastusega tehtud, on maitsev. Ja armastav kodu on kindlus.

Paljud emad ütlevad, kui laps on haigeks jäänud: "*Me lähme teeme ravimteed ja kohe-kohe saab meie kallis laps terveks.*" Niisugune armastav soojus teeb igaühe terveks.

Teine ema ohkab tüdinult: "*Issand hoidku, jälle jääd sa kõige halvemal ajal haigeks! Jälle pean ma sulle kalleid rohtusid ostma!*" Sellest tõredast toonist viskaks kuulajagi haigevoodisse siruli.

Hiljuti tuli inimene ja ütles: "*Isegi leib ei sünni enam süüa. Vaatasin kaupluses ringi - ainult tigedad rahulolematud näod. See viha on kõik ju toidus. Peame selle leiva nüüd puhtaks põletama.*"

Õige jutt! Kõik peaksid leivalt (toidult) andeks paluma, et inimesed toitu oma negatiivsusega reostavad ja kõik halva tules ära põletama. Selleks tuleb mõttes leib tules puhastada. Samuti peaks vanaisadeaegse söögipalve jälle ausse tõstma. See, kes tegeleb söögilauas ükskõik millega peale

söömise ja toidu õnnistamise, teeb pattu. Ja keha kannatab.

Kui inimesed, nii naised kui mehed, saadaksid oma armastust kõigesse, mis neid ümbritseb, siis oleks maailm ja igaühe isiklik elu kohe isegi materiaalselt parem ja rikkam.

Meditsiinistatistika järgi on mõni haigus rohkem naiste hulgas levinud, mõni jälle meeste hulgas. Miks?

Tuletage meelde eespool loetut: keha eespoolel asub tundeenergia - seega naiselik, keha tagapoolel asub tahteenergia - seega mehelik pool. Naiselikud haigused on sagedamini keha eespoolel, mehelikud aga tagapoolel.

Mees teab soolise teadvuse omamise tõttu, et tema kohus on hoolt kanda pere (riigi) materiaalse külje eest. Ja ta teeb seda järjest kõrgemal tasemel, forsseerides materiaalse poole kasvu nii, et Maa karjub appi. Rohkem ei ole võimalik.

Aga naised nõuavad ... Miks mees siis teeb nii?

Inimkond on hingelises kriisis, teisiti öeldes armastuse kriisis. Emadel pole aega last armastada, nad rabelevad, et aina rikkamaks saada. Poisslapsed on suuremas emaarmastuse puuduses, sest nende hingeelu on hapram. Ema on naine. Suuremaks kasvades hakkab poiss alateadlikult püüdlema tütarlapse = naise, kui ema armastust. Aga tütarlaps vaatab põlglikult ülevalt alla, sest tema ema on nii käitunud meeste suhtes: "*Mis mees sa oled, kui sa mulle kinopiletit ei osta!?*" Ja meessoo süütunne vajutab poisi küüru. Tegelikult ei ole piletis asi - haiget tegi alandamine. Aja möödudes saab kinopiletist auto ja maja, aga "*Mis mees sa oled!?*" jääb ikka edasi meest hävitama. Noor mees muutub impotentseks ja saab gangreeni. Ja naisel olekski nagu jälle õigus öelda: "*Mis mees sa oled!?*"

Veelkord kordame üle tahteenergia jaotumise:

Nad kõik alluvad HIRMU valitsemisele	Pealaest III rinnalülini	Armastusenergia
	IV ja V rinnalüli	Armastus + süütunded
	VI - XII rinnalülini	Süütunded
	I - V nimmelüli	Süütunded + majandusprobleemid
	Ristluust varvasteni	Majandusprobleemid

Mõelge, missuguses suletud ringis on meessugu:

1. Hirm, et ei armastata.	Sunnib kannuseid teenima nii, et mõistus kaob peast, silm ei näe, kõrv ei kuule.
2. Süütunne, et ei suuda peret toita. Kuna 3. - 4. nimmelüli on suguelundite lülid, siis hirmutav süütunne võtab organeilt tahte töötada.	Ja ongi tekkinud impotentsus.
3. Võimetus välja rabelda majandusprobleemidest tekitab hirmu - kas ja kuidas jätkub vitaalsust selle kõigega võidelda?	Ja jalga tekib gangreen. Kui paremasse, siis on sama probleem seotud naissooga, kui vasakusse, siis meessooga.

See, kellel on süütunne, seda on kerge süüdistada - nagunii võtab omaks isegi kui sõnades sõdib vastu. Ükskõik missugune naine selle süüdistusega lagedale tuleb, aga märki ta tabab. Ja kui oma naine seda teeb, siis tabab ta kümnesse.

Nüüd sõltub mehest, kuidas ta väliselt reageerib: hakkab vihaselt võitlema kõige selle vastu või iseennast hävitama. Võimalusi on palju. Aga kaotajaks jäävad mõlemad - nii naine kui mees.

Naiste peavalud, naiste kaela radikuliidid, naiste pihtade ja käte hädad! Mis need on?

Aga nutmine, ahastamine, kahetsemine? Ikka seesama.

See on see, et naistel on hirm, et *neid ei armastata*. Mida suurem on hirm, seda suurem on haigus.

Millest tuleb hirm? Süütunde kuhjumisest. Isegi kui me keeldume tunnistamast oma vigu - vaim teab ja reageerib vastavalt.

Sageli kuulen: *naise süda ei luba mitte vahele astuda, kui teistele liiga tehakse*. Seda ütlevad need, kes ise ei tunnista, et nad kellelegi liiga teevad.

Mis on naise süda?

See on põhjatu armastuse allikas. Ammutage siis sealt seda, mida sealt ammutada on vaja - armastust. Kes armastab, see andestab ja elu saab korda.

Seega, naised, meil on vaja kõigil paluda andeks meessoolt ja oma mehelt kõik need süüdistused, mis naissugu on esitanud ka siis, kui me ise kunagi midagi sellist öelnud ei ole. Isegi siis, kui me mõelnud ei ole, aga oleme teiste naiste selliseid sõnavõtmisi õigustanud, kuna neil on tõesti halvad mehed.

Ja tuleb endalt andeks paluda, et mehi alandades oleme iseennast alandanud. Me oleme sellega inimkonda hävitanud - mehe impotentsus katkestab laste juurdesünni. Sellise arusaamaga ema lastel on, olenemata nende soost, samad kompleksid ja stressid juba sündides.

See ei olnud naiste süüdistamine ega meeste haletsemine.

Mees on pea, naine - kael. Mõlemad on tähtsad. Aga mees on ikkagi pea. Selge ja loogiline mõistus on mehe au ja võimaldab mehel olla eneseväärikas. Igaüks siin ilmas peab teadma oma kohta ja kohustusi Looduse ees. Kõik, mis teel püsimist ja arengut segab, tuleb vabastada. Sageli toimub vabastamine füüsilisel tasandil - iseenda või teiste hävitamise teel. Hävitaja tõmbab endale karistuse kaela. Ja kes ütleb: "*Mul ükskõik!*" see teadku, et varsti ta enam nii ei ütle.

Andke andeks naissoole nende pinnapealne loogika ja mõtlematus. Andke andeks neile nende süüdistused, sest see on nende oskamatu hingekarje hirmust, et armastus kaob. Andke andeks emadele, kes ei ole osanud lapsi armastusega ilmale kanda ja pole leidnud aega neid kasvatada. Et on hirmu karjatada nad andnud. See on inimkonna õppetund ja kes sellest veast aru saab ja andestab, see on ära õppinud ning pääseb hädast. Teie perekond terveneb.

Kelle perekond on lagunenud või abikaasa surnud, see teadku, et minevikku andestades kujundate oma tulevikku.

Kõigepealt rääkige enda **stressidega**. Andke andeks oma hirmudele, süütundele, majandusprobleemidele sellisena nagu nad Teil isiklikult on. Andke endale andeks, et nad olete endasse võtnud ja paluge oma kehalt andeks, et oma kehale nendega halba tegite.

Siis on naissoole juba kergem andestada ja neilt andeks paluda. Ja nii saab ka naissugu meessoole andestada.

Vigadest õpitakse.

Sageli tulevad hirmunud naised: "*Mulle öeldi, et mu tervis on halb seepärast, et mu mees on vampiir. Mis ma peale hakkan? Ta on minu vastu nii halb.*" Mis sel mehel muud üle jäi teha, tema elu ju sõltub naisest. Aga

naine hoiab oma armastust müüri taga, ise ägades hirmust, et teda ei armastada. Mees on võtja ja naine on andja - ka see on objektiivne tõsiasi.

Naised, vabastage oma hirm ja päästke lahti oma armastus. Ärge kartke, et armastuse läte teie hinges kuivab. Välja andes saate topelt tagasi. Siis armute oma mehesse uuesti nagu kunagi ammu juba juhtus. Meenutage kauneid aegu ja rõõmsaid hetki ning teadke, et kellel on halb, see vabastagu oma halb, kui soovib head endasse lasta. Ärge arvake, et mehel oma tigedusega hea on. Kõigil tigedatel on väga-väga halb, sest nendes on armastuse puudus.

Mees lihtsalt on võtja ja naine andja. Võtta saab kui on anda. Kui naine rõõmuga annab, sest ta naudib oma andja rolli, siis mees võtab, nautides saaja rolli. Mees annab oma füüsilist jõudu ja mõistust. Mõlemaid ühendab **ajas kasvav rõõm**. Ainult andes kasvab armastus.

Õnnetuseks on tänapäeva inimene olnud saaja, lausa nõudja, kes vihastab kui ei anta.

Mõelge nüüd oma töökollektiivi või suhtlusringkonna peale, kus keegi analoogselt vampiiritseb. Selle asemel, et karta teda, andke andeks oma hirmudele, laske voolama oma armastus, toitke armastusega vampiiri hinge ja Te näete, et vampiir lakab olemast. Selgub, et ta on suurepärane tulevikku kiirustaja, kelle vajadus liikuda on suurem kui tal endal hingejõudu on. Hirmuseina kadudes kaob kogu kollektiivi vastutuult liikumine ja Teie edasiliikumise kiirenemine ja edu suurus on üllatavad.

Sünnistress.

Pika sissejuhatusega oleme jõudnud peamiseni, mille tõttu see raamatukene valmimist vajas.

Sünnistress, õigemini loote stress, on väga lai mõiste, mille me peame hästi selgeks rääkima.

Iga inimene on ainulaadne, sest kõikide eelmiste elude kogemuste pagas on temast teinud kordumatu. Need on iseloom, harjumused, arusaamad.

Ühel heal momendil ristuvad kolme inimese saatuseteed: naine ja mees, kes peale eelmiste elude pagasi omavad ka juba praeguse füüsilise elu kogemusi, sigitavad lapse füüsilise keha. Laps on vaim, kes väga vajab siia maailma tulekut. Ta on rohkem oma keha loomist mõjutanud, kui me seda iganes mõista suudame. See ilmneb siis, kui naine ja mees ei soovi last, aga vaatamata hoidumisele midagi ikka äpardub ning rasedus tekib. See avaldub ka siis, kui naine ja mees on aastaid igatsenud last, kuid teda ei tule ega tule - ei ole vaimu, kes seda keha vajaks.

Järelikult - lapse vaim mõjutab raseduse teket rohkem, kui keegi muu. See laps tuleb oma eelmiste elude kogemustega, ainult et temal ei ole veel selle elu kogemusi, kuhu ta tuli. Õppima ta ju tuligi.

Vastavalt sellele, missugused kogemused olid sellel vaimul oma eelmise elu vanematega, on tal ka suhtumine tulevastesse vanematesse. Kui eelmises elus oli suhe halb ja see vaim valib minu oma emaks, siis järelikult vajan ka mina sellist suhtlemise õppetundi.

Niisiis on kolm erinevat iseloomu kokku saanud. Üks näiteks elas sada aastat tagasi Venemaal, teine kakssada aastat tagasi Prantsusmaal, kolmas kolmsada aastat tagasi Ameerikas. Ometi on vaimsed põhitõed neis kõigis ühesugused - kõik on ühe Jumala lapsed.

Looteperiood ja inimese elu on võrreldavad nagu ühe ja sama voldiku kaks olekut - kokkuvolditud ja lahtitõmmatud olek. Kõik, mis looteperioodi jooksul, *kokkuvoldituna*, on toimunud, ilmneb elu jooksul, *lahtivolditun*a, järjest selgemini, sest toimub sarnaste stresside kuhjumine.

Stressid tekivad ainult mõistmatusest ja need on vanemate vead, mille parandamist peab laps sündides alustama. Lapse enda ellutuleku eesmärk on nende probleemidega põimunud, see segatakse sageli ära mittevajalikuga.

Lapse olemust ja tema tuleku sihipärasust mõjutavad vanemad vahel väga kardinaalselt, aga see on nagu iga takistus, mida ületades me alles

tõestame enda väärtust ja puhastame teed edasiminekuks.

Lapse vaim on tulles alati puhas, tema armastus vanemate vastu suur ja siiras. Suure kustumatu armastusega valib ta omale vanemad, kes annavad talle selle, mida ta on tulnud otsima - raskused.

Siit saavad alguse probleemid, sest vanemad annavad lapse kanda ka need enda probleemid, mis on neile lahendamiseks määratud.

Kui me oskaksime ja tahaksime üksteist mõista, siis probleeme ei oleks.

Enne kui edasi lähen, tahan veelkord rõhutada, et Te mõistaksite õigesti.

Ei ole olemas head, ei ole olemas halba, kõik lihtsalt ON oma heas ja halvas.

Sama seadus kehtib ka vanemate kohta. See probleem on eriliselt hell ja konfliktne, sest keegi ei soovi, et tema hingehaavu lahti käristatakse ja kui tal vanematega seoses on probleemid, siis kellelgi teisel ei ole õigust neid puudutada. Ometi Te tahate terveneda. Eitades oma probleeme jaatate oma haigust.

See probleem võib nii äärmuslik olla, et mõni inimene eelistab põdeda edasi. On ka neid vanemaid, kes keelduvad oma lapse sünnistressi arutamast, kuna neile tundub, vaatamata pikale eelnevale seletusele, et neid süüdistatakse.

Ei ole süüd, on algpõhjus, mis on tekkinud mõistmatusest.

Teadvustades probleemi, saab stressi kõrvaldada. Stressiahel hakkab hargnema ja haigus kaob. Suhted vanematega muutuvad pingevabaks ja paljud aastates inimesed leiavad esimest korda elus oma tõelised vanemad. Ei ole harvad juhused, kus inimene tuleb ja ütleb: *"Kui kerge on hing ja kui heaks on meie suhted muutunud. Ma ise ei mõistnud oma vanemaid."* Ja nii ütlevad inimesed, kes teavad, et nad on soovimatud lapsed olnud ja et vanemad ei ole neid seetõttu armastanud. Pidev tõrjutuse tunne teeb haigeks. Andestades vabanevad inimese enda stressid ja ta avastab, et teised on muutunud.

Laps tuleb oma ellu mööda sümboolset saatuseteed. See on nagu TEE, mis viib UKSELÄVENI ja TUPPA - ELLU. Kõige selle vasak pool on isast mõjustatud ja parem pool emast mõjustatud.

TEE iseloomustab vaimu sellisena nagu ta eelmistest eludest tuleb. Kes tuleb kiiresti ja eesmärgikindlalt, kes rõõmusalt tantsusammul aga võib-olla

ettevaatlikus südames, kes tõsiselt valmis iga olukorraga kohanema, kes huviga ja sooviga kõike mõista. On neidki, kes tulevad rutates, et oma tulevasele elule alus panna, sest eelmine oli oma õpetlikkuses liialt valus.

Lapse keha luuakse suguühtega, järelikult lapse vaim tuleb:

- enne seda - need, kes tahavad oma elusaatust ette parandada, neid on ~ 8-9 %;

- suguühte ajal - need, kes viimasel minutil on mõistnud, et midagi saab parandada ~ 20 %;

- tunde hiljem, just siis kui sugurakud ühinevad - need, kes lepivad saatusega ~ 70 %;

- hoopis hiljem - hilinejad, elust eemalolijad, kellel on ükskõik mis kehaga toimub ~ 1-2 %.

UKSELÄVI tähendab eesmärke. Eesmärkide saavutamine on samuti erinev. Kes astub läve peale talle erilist tähelepanu pööramata, hoolimatult, pahameelega, et ta segab jne. Kes seisab, ootab kutset. Märgatakse, et seistakse lävel ja rõõmustatakse selle üle. Astutakse lävest märkamatult üle. Kõrgest lävest ronitakse erineval moel üle - mõni rullib kõhuli suure jõukuluga ja on õnnelik, et sai üle, mõni on tige, et pidi pingutama. Pange tähele kuidas Te tavalist ukseläve ületate ja mis tunne Teil sel puhul on, siis Te teate, missuguse kerguse või raskusega Te oma eesmärke saavutate. Eriti vaadake väikelapse läveületamist.

TUBA iseloomustab elu ukseläve ületamise momendil. Igaüks võib oma elu muuta, aga algushetkede loomus tuleneb vanematest. Iga vaim näeb kohe, kas tuba on päikesena valge - hea või on ta süsimust - halb, on seal ühtlane valgus või udupilved. Kõigel on oma tähendus. Toa energia oleneb vanematest, nende omavahelistest armastussuhetest. Vanemad võivad olla ülitoredad, armastusväärsed, teineteist austavad ja lugupidavad, haritud või harimatud, aga kui nende vahel ei ole siirast armastust, mis paneb aluse kirglikule seksuaalsele armastussuhtele, siis tuba on hämar. Isegi kui vanemate suhted on halvad, kui nad on leppimatud ja mõistmatud, aga nad mäletavad veel oma esialgset kuuma armastust, mis aegajalt neid veel kirevoodis leiab ja elule mõtte annab, siis on tuba valge. Vähemalt sel momendil, kui vaim tuleb. See teeb vaimu õnnelikuks - see inimene oskab armastada.

Viljastusmoment seob alles arengut alustava maise inimese **iseendasse**

vormuva peenmateeria algenergia, eluks vajaliku energia ja konkreetse **nähtamatu inimese**. Siiani ei ole inimesed osanud arvestada **endas oleva inimesega** kui tõelise maise inimesega.

Üksikud vaimud tulevad varem valmis, et vastavalt oma soovile oma füüsilise keha loomisele õige alus panna. Vaimu tahe on väga tugev. Ja tema tugevuseks on armastus, nagu kõik vastupidav siin ilmas. Kui eelmises elus on vaim väga kannatanud vanemate ükskõiksuse ja armastuse puuduse tõttu, siis nüüd ta tuleb varem ning annab juba ette oma vanematele, kes muidu halvasti elavad, niisuguse armastuse impulsi, et naine ja mees ühinevad oma armastusekires nagu kaks tulekera. Tekkinud armastusesammas jääb igavesti lapse hinge. Elu võib olla väga raske, aga ta läheb kõigest kibestumata läbi ja kõik õnnestub tema käes.

On seisukohti, mis eitavad suguelu kui moraalitut. Maailmas on üks absoluutne tõde - Jumal. Kui Jumal on loonud meie kehale suguelundid ja määranud meid sellisel kombel järglasi looma, et elu edasi läheks, siis järelikult on naise ja mehe füüsiline armastus püha.

Väärtuslikem kõigest - armastus - on lapse sigitamise esmavajadus, et laps saaks suurima varanduse, mis üldse keegi pärandada saab. Selliselt sigitatud inimene ei ütle kunagi, et teda ei armastata. Ta oskab ennast armastada, ja kes oskab ennast armastada, see armastab ka teisi.

Kuna ma tegelen ravimisega, seega haigetega, siis võin öelda, et haigete seas kohtab harva inimesi, kes on sigitatud armastusega.

Kuidas vaim sellest aru saab?

Igas vaimus on Jumalik armastus, sellepärast ei saa keegi öelda, et ta ei tea mis on armastus. Tulles füüsilisse kehasse, vajab inimene veel inimlikku armastust, mis oleks tuntavalt just nimelt temasse suunatud.

Laps tunneb seda ja liigagi sageli olen näinud, kuidas vaim seisab ukselävel ja nutab, st. oma füüsilise elu esimestel sekunditel-minutitel ta juba nutab. Ja nutjaks jääbki. Aga kuna ta väga tahab elada, siis ikkagi läheb edasi.

Kui vaim tuleb sugurakkude ühinemise ajal, mis toimub tunde hiljem pärast ühet, siis vanemad tavaliselt magavad. Vaim ei tea, et füüsiline inimene päeval töötab ja öösel magab. Ta näeb, et keegi ei oota teda, keegi ei kutsu, tuim ükskõiksus on vastas ja ta saab esimesed stressid - *mind ei oodata, mind ei vajata, mind ei armastata.*

Vaim asub isa ja ema vahel. Kõik, mis mõtleb isa emast ja elust ning

kõik, mis mõtleb ema isast ja elust, läheb lapsest kui märklauast läbi - augud on stressid lapsed hinges.

Paljud vanemad solvuvad: "*Kes tal käskis nii mõelda ja endasse võtta, ega me temast nii ei mõelnud!*" Seda küll, aga kui tuba oleks valge olnud, siis vaim oleks ilma seda mõtlemata läinud oma teed, hing rõõmus.

Kallid vanemad, kui te teaksite kui palju hingevalu saavad teie tulevased lapsed oma esimestel eluminutitel tunda. Te ei tea midagi, te ei aimagi, et sigitasite momendil lapse. Kahjuks enamik lapsi sünnib planeerimatult. Ja see, et ma kümme aastat ootan last, kes ei tule ega tule ja siis lõpuks tuleb, ei ole veel planeerimine. Planeerimine on see, kui tänaseks planeerin ja täna ka sigitan. Emad sageli vihastavad, kui neile öeldakse, et lapse stress on planeerimatusest.

Kui laps on aastaid oodatud ja naine-mees lähevad iga kord voodisse süü, kahtlus ja lootusetus hinges, siis on ka vaim pinges. Aga hoopis teistsuguses.

Vaim on kujunenud eelmiste elude baasil. Tema arusaamu saab ja võib muuta, aga selleks peab vaimu poole pöörduma, andeks paluma ja probleemi lahti seletama.

Kui lapse vaim võtab ema suhtumise isasse ja maailmasse enda hinge kui suhtumise endasse, siis sellest kujuneb arusaam - ema ja naised ongi sellised. Kui ta on ise tütarlaps, siis ta suhtub endassegi ema probleemide tasandilt.

Kui lapse vaim võtab isa suhtumise emasse ja maailmasse enda hinge kui suhtumise endasse, siis sellest kujuneb arusaam - isa ja mehed ongi sellised ja suhtuvad minusse nii.

Kui ema arvab, et *ta on vaene, õnnetu ja kõik mehed on halvad,* siis laps arvab tulevikus samuti. Kui selle lapse eelmiste elude kogemus on teistsugune, siis võivad tal alata hingepiinad. Tulemus sõltub sellest, kumb kogemus on tugevam. Aga kui eelmine elu oli sarnane, siis see arusaam võimendub. Vastavalt lapse soole omandab ta suhtumise iseendasse. Kui see laps on tüdruk, siis saab tast eriline nutunaine, kes meestest hirmunult eemale hoiab või kui ongi abielus, siis hävitab oma nutuga mehe kannatuse ja teeb ta kurjaks. Kui see laps on poiss, siis haletseb ta naisi, laseb naistel endaga kõike teha ja kuna ta tunneb, et on halb, sest ei suuda naise soove täita, siis võib ta surra noorelt infarkti või kopsuvähki. Isegi kui tal on mõistev naine. Ja kõik ohkavad: "*Oli hea inimene. Ei tea, miks ta nii vara läks.*" Ämm süüdistab kindlasti miniat, et see ta poega ei hoidnud.

Nii kujunevad stressid juba loote esimestel eluminutitel. Niivõrd vajalik on vaimule olla oma vanemate sarnane, isegi kui nad talle väga haiget teevad. Vaim teab, et ta on armastusega ise valinud oma vanemad ja tema valik on püha.

Kui ema nüüd lävel seisjale ütleks: "*Kallis laps, anna andeks, et me ei ole osanud teineteist nii armastada, et see tunne valgustaks sinu elu. Me ei ole osanud, meil on suguelust vale arusaam, meie vahelt on must kass läbi jooksnud. Kui sa seal lävel seisid ja meie magasime, siis me ei teadnud, et sa tulid. Aga sa võta seda mõistusega, õpi sellest. Tea, et inimene päeva ajal töötab ja öösel magab ja seegi on normaalne elu. Vaim ei maga ja sellepärast sa tulidki valele järeldusele, et sind ei oodata ega armastata. Õpi sellest. Me armastame ja ootame sind.*" Seal lävel algab suhtumise kujunemine maailma.

Meie esiemade mõistus oli primitiivne, aga selle üks eelis oli, et nad olid rasedusega üks, nad olid üleni emadus, lakkamatu rasedus ja kõik, mis ema oma teel kohtas, sai lapsele kohe selgeks. Laps sündis stressideta, oli tugev ja sai kohe oma elu õppetükke õppima hakata.

Uue aja naine, eriti XX sajandil, kannab rasedust deviisi all - mina ja rasedus. Elu materiaalne külg varjutab tunded, ema ei oska tulevase lapsega suhelda, seepärast sünnib laps stressidega ja oma elu kohese alustamise asemel hakkab tegema vanemate elu vigade parandust.

Naine, kes planeerib last, saaks lapse vaimuga juba enne rasestumist kontakti võtta, kui ta pöörduks vaimu poole nagu sõbra poole ja oma hinge avaks. Paluks andeks võimalikud eksimused, kui need last segavad ja õpetaks vigadesse mõistusega suhtuma. Selline oleks praeguse sünnitajate põlvkonna mõistuse tasemele vääriline suhtlemine.

Kui naine siis veel rasestumise momendist alates igat oma sammu lapsele kommenteeriks, poleks lapsel stresse. Kui ema õpetaks: "*Kallis laps, vaata kui ilus päev täna on, mul on nii hea olla. Pane see tunne oma südamesse ka, siis oled tugev. Ma armastan sind.*" Aga kui mõne aja pärast näiteks ehmatab koera haukumisest ja ütleb: "*Anna andeks, kallis, et ma sind sellega ehmatasin, aga koera olen ma alati kartnud. See hirm on mul lapsest saadik. Ma ei oska teisiti. Aga sina võta seda mõistusega, siis oled tark ja tugev ning siis sina koeri kartma ei hakka. Ära võta halba kunagi südamesse, halva koht on mõistuses. Tea, et mina armastan sind ja kõik on hästi.*" Seejärel annab ta endale andeks, et ehmatas ja annab ka koerale andeks selle koeratembud.

Tavaelus on teisiti. Naine kannab ehmatust kogu raseduse aja hinges ja tunneb hirmu, kas lapsel on ikka kõik korras. Iga kord kui ta meenutab seda juhust, lisab ta negatiivsust samale stressile juurde ja ei ole võimatu, et olukord jõuab haigusilminguna kriitilise piirini. Kõik elulised ebameeldivused nii kodus kui tööl tuleb lapsele selgeks rääkida, oma tarkusega põhjendada. Väga sageli on vanavanemate vahelesegamine noore perekonna ellu vägivaldne, kiputakse otsustama lapselapse sündimist või mittesündimist, mõistmata, missuguse stressi lapsele ja lapselapsele sellest jätavad.

Kui tunnete, et ei oska lapse vaimule põhjendada, siis öelge: *"Mina ei oska, aga sina saad minust targemaks ja vajad seda kogemust. Õpi sellest. Mina armastan sind."*

Iga tulevane ema rääkigu oma lapsega omal kombel nagu südamehääl ütleb, küllap tema laps mõistab. Armastus lubab mõista.

Õpetan tulevased emad lastega nii suhtlema, et lapsel pole stresse. Tüüpiline on, et need lapsed sünnivad normaalselt, sõltumata oma kehakaalust, vigastamata ennast või ema. Neile emadele ei ole vaja teha mingit abistavat lahkliha lõiget. Nad teavad, et nende laps on tark ja usaldatav. Armastaja laps ei tee oma armastajale emale haiget.

Ja kui laps on erakordselt suur, siis tähendab see seda, et laps on tahtnud omal viisil eluraskustest üle olla. Kuidas saab raskustest jagu? Loogiliselt - kes on suur, see saab halvast jagu. Laps sunnib ennast kasvama suureks. Kui ema õpetaks talle: *"Kallis laps, et hingemurest jagu saada, peab teda mõistma, selgeks rääkima ja andeks andma, siis mure kaob. Füüsiliselt võib kasvada lõpmatult aga hingevaevast ikka üle ei kasva. Mina armastan sind."* Nii saab laps stressist vabastatud.

Stressideta sündinud lapsed kannavad kohe kaela, tõstavad pead ja fikseerivad silmadega objekti. Ühe aasta jooksul on sünnitanud ~ 15 naist, kes 5 - 15 aasta jooksul olid steriilsust (lastetust) tulemusteta ravinud. Osa neist naistest olid sünnitusel kaotanud erinevatel põhjustel 1 - 3 last. Kui esimene uutmoodi sündinud laps mulle 6. elupäeval külla toodi ja kui ta 5 meetrit eemal mähkmete seest pea üles tõstis, mind silmadega otsis ja kui leidis, siis naerma hakkas, siis see heas mõttes vapustas mind. Nüüd, omades juba rohkem kogemusi, tean - kui laps selline ei ole, siis ema ei ole olnud tasemel.

Iga ema peab teadma, et tema on vaid kanal, mille kaudu laps sünnib. Laps teab täpselt kõike, kui vaid ema oma stressidega tema tulekut ei takistaks. Takistuseks ei ole ei ema anatoomia ega lapse suurus. Laps teab,

kui suureks ta kasvab, see on tema elu vajadusele vastav protsess.

Ema, kui Te muud ei oska, siis öelge sünnituse ajal oma lapsele: "*Kallis laps, ma armastan sind, ma ootan sind! Tule! Kõik on hästi!*" Ja laps tuleb. Kas tema, Suur Armastaja, saab mitte tulla ema kutse peale?

Eriline osa on ämmaemandatel. Ämmaemand on sümboolselt Elu, inimene, keda esimest korda kohatakse. Ämmaemand määrab inimese suhted teiste inimestega. Kui ta on tõsine ja murelik, siis uued inimesed, kellega elus kohtutakse, on tõsised ja murelikud, kui rahulolematu - siis rahulolematud, kui tige - siis tigedad. Aga kui sõbralik ja armastav - siis sõbralikud ja armastavad.

Ämmaemand, kullake, kui Teie süda ütleb, et sünnitus ei kulge normaalselt, et oleks vaja kuidagi aidata, siis kõige suurem abi, mida anda saate, on öelda lapsele, kelle ema ei ole osanud lapsega õigesti suhelda: "*Kallis laps, tule! Tule kasvõi minu pärast. Sest mina armastan sind ja ma tahan sind tervena siia kaunisse maailma vastu võtta. Kõik läheb hästi!*"

Ja õpetage naist samuti tegema. Isegi kui ema ei usu sõna jõusse, olete Te oma vea Jumala ees olematuks teinud.

Teadke, et paljud lapsed on surmast pääsenud ainult tänu ämmaemanda südameheadusele, mis on lapsesse suunatud. Isegi kui Teil sünnitab asotsiaalne ema, kes oma olemusega põhjustab Teile vastumeelsuse stressi, siis tema laps on armastust väärt. Ja kunagi, kui Te ise hädas olete, tuleb see laps Teid päästma. Elus ei ole juhuseid ega kummalisi kokkusattumusi, elus järgneb teole ikka tagajärg. Kui inimesel elus vahel ootamatult veab, siis selle olete oma juba ununenud heateoga ise endale kinkinud. Ja kui olete ise surmaga silmitsi, siis sellise lapse vaim juhib Teie teele abi, mis Teid surmast päästab. Kosmiliselt tasutakse heategu selliselt. Kas nüüd mõistate, missugune suurepärane amet on ämmaemandatel?

Me kõik oleme olnud kord lapsed. Nii mõnigi ema, kes neid ridu loeb, ütleb trotslikult ennast õigustades: "*Aga minu ema ei armasta mind ka!*" Kas mõistsite, kust võis alguse saada Teie stress? Ka sellest, et Te tulite ajal, kui vanemad magasid. Ema ei osanud Teile selgitada: "*Kallis laps, sa ei tea, et tööinimene öösel magab. Anna andeks, et ukselävel sind käed pikal ja armastus hinges ning huultel ei oodanud. Me ei teadnud seda momenti ära arvata, me oleme just nii targad kui oleme... Anna andeks, aga me armastame sind. Ma olin tol päeval nii üleväsinud, kui sina otsustasid tulla, et ma tõesti olin tuim ja su isa peale pahane, mitte sinu peale. Anna andeks. Ma armastan sind. Ja kui oskad, siis õpeta mind ise.*" Laps saab siis aidata,

kuna talle on see õigus antud.

Analoogne on stresside teke igal inimesel. Ema kohus on last õpetada, aga on vaime, kes ise mõtlevad juba looteeas. Neid on vähe.

Põhimõtteliselt on inimese stress ikka vaid tema enda arusaam, teine ei tarvitse seda aimatagi, sest tema nii ei ole mõelnud ega kavatsenud. Ta vaid tunnetab pinget.

Andestamine peab tulema sellelt, kellel on halb.

Korraks pöördume veel ukselävele tagasi, sest sealt saame me alguse ja alustamise stressid.

Sageli on laps valinud kõrge ukseläve, mille ületamine on pingutav ja hirmutav. Tekib stress ja selline inimene hakkab kartma midagi ette võtta. Kui ema ütleb: *"Kallis laps sa valisid liiga kõrge ukseläve. Anna oma eesmärkidele andeks, kui nad su jaoks liiga kõrged on. Ega ukselävi sellest väiksemaks ei jää, aga sina kasvad suuremaks. Õpi sellest, võta seda mõistusega, sa oled ju tark. Mina õpetan vaid seda, mida ise oskan. Ma armastan sind."*

Iga inimene peaks hästi järele mõtlema ema meenutuste üle. Peaks teadma, missugune elu oli vanematel tema looteperioodil ja andestama vanematele, et nad temale oma probleeme selgeks ei rääkinud. Ja kui keegi ikka veel ütleb: *"Aga nad ei teadnud ju kõike seda, ma isegi sain alles praegu teada,"* siis jälle rõhutan - ma ei süüdistagi Teie ema. Jumalariigis ei ole süüd. See, et praegune inimkond ei oska vastu võtta Jumalikke tarkusi, on inimkonna karm õppetund, ka Teie ja Teie vanemate oma. Ja ometi, kes on oma hinge heale lahti hoidnud, aga seda ei keelata kellelegi, sellel on hing kerge. Neil veab, nagu tavatsetakse öelda.

Kõik vead on võimalik parandada ja see on hea tegemine endale ja teistele.

Nii parandame võimaluste piires oma saatust. Mõne saatuse tee on väga lai - tähendab parandada on võimalik väga palju. Üldiselt on paheliste inimeste tee laiem kui vaimuinimeste tee, kuna vaimu tarkuse tõusuga kaasneb kohustus vähem füüsiliselt kannatada, kiiremini edasi liikuda ja suuremaid tegusid teha.

Kõik mured ja rõõmud, mis raseda ellu tulevad, peab saama lapsele selgeks räägitud. Iga negatiivsus vajutab kehale nagu koormus ikka. Kui rasedal on jalad rasked, turses, kõht raskelt vajunud, häbemeluu valulik, survetunne põiele, laps rahutu, siis on selge, et tuleb aidata ennast ja last.

Kõigepealt sirutada ennast, siis andestada raskustele, oma kehalt ja lapselt andeks paluda ning siis sirutada uuesti. Ärge kartke sirutada. Vale, aga levinud arusaam on, et rasedus katkeb kui naine oma selga venitab.

Rasedus katkeb kui:

- laps tunneb, et teda ei armastata ja talle ainult lisatakse koormat kuni kriitilise piiri saabumine nõuab vaimu lahkumist. Kaua võib kannatada !? Kui nüüd ema hoole ja armastusega pühendab ennast raseduse säilitamisele, siis laps jääb. Aga kui eelnevatele stressidele lisandub mure ja hirm last kaotada ning süüdlaste otsimine, siis ei aita mingi ravi. Hirm blokeerib neerupealised ja ta otsustab parem lahkuda kui elada sellist elu. Kuude viisi vägivaldselt raseduse säilitamine, stresse kõrvaldamata, annab tulemuseks ebanormaalse sünnituse ja haige lapse.

- lülisammas on vajunud. IV nimmelüli varustab energiaga emakat, emakas on lapse häll. Emakas on emaduse organ. Ema ja tema tütre - tulevase ema - stressid teevad emaka "*raskeks*", hävineb positiivne energia ja emakas ei suuda hoida rasedust.

Kui IV nimmelüli on vajunud, siis:

- raseduse ajal ta ei hoia rasedust,

- sünnituse ajal jälle takistab loodet väljumast.

Samasugune on olukord ka enneaegse sünnituse puhul. Need on võitlejatüüpi lapsed, kes, selle asemel, et hävineda või kannatada, otsustavad ära joosta. Nad kiirustavad ära kohast, kus neil on väga raske, lootuses, et edaspidi olukord paraneb. Neid takistada tähendab neid hävitada, sest nad teavad ise täpselt, millal veel eluga pääseks. Iga positiivne vahelesegamine - ema lootus, hea mõte, stresside lahenemine, armastav ja toetav suhtumine meedikute poolt jms. aitab kaasa raseduse säilimisele. Ravimid siin olukorda õigesti ei lahenda.

Võib süstida naisele destilleeritud vett ning siiralt tugeva vaimujõuga sugereerida, et kõik saab korda ja saabki. Ka kaasaegsete ülitugevate rasedust säilitavate ravimite manustamisel on pool effekti vaimujõul. Teadlased on placeboeffekti ammu selgitanud, aga seda vaid patsiendipoolselt. Arsti ja ämmaemanda hingejõul on sama suur jõud, kriitilises olukorras isegi suurem, sest on teadlikum ja õigemini suunatud.

Lapse vaim on sageli ennastohverdav. Armastus vanemate ja tulevase elu vastu on nii suur, et laps võib siduda end vanematega jäigalt, et mitte

juhuslikult ema-isa unustada või võtab vanemate murekoorma enda kanda. Paljud emad tunnevad, kuidas rasedust kandes kõik eluprobleemid olid kaugel, ei läinud südamesse ja põhjendavad endale, et nad olid mõttes lapsega, sellepärast. Sageli on see enesepettus. Kui Te enne olite kõige suhtes liiga tundlik, siis raseduse ajal laps lihtsalt võttis Teie mure enda kanda. Aga edaspidi ei osanud enam seda vabastada.

Iga rase naine peaks lisaks tavapärasele andestamisele õpetama last: "*Kallis laps, igaühel on oma saatus. Isal - oma, minul - oma. Me kõik peame oma elu õppetundidega ise hakkama saama. Teise mure enda peale võtmine on viga, teisel sellest kergem ei hakka, aga sinul hakkab raskem. Teise murest tuleb õppida, teist tuleb õpetada ja toetada, kuid teise mure endale võtta on kuritegu - sellega sa võtad õppetüki = õppimise võimaluse ära, teine jääb rumalaks. Võta seda mõistusega. Õpi sellest. Mina armastan sind!*"

Loode mõistab kõike, tuleb ainult ära seletada, põhjendada ja paluda probleemi mõistuslikult lahendada. Vaimu tarkus on suur, aga mitte kunagi liiga suur ega lõplik.

Sündimine on sümboolselt igale lapsele meeldivasse kanalisse nagu koopasse minek. Kanal on alati piduliku sissepääsuväravaga suletud ja väikese väljapääsuväravaga lõppev. Sünnituse kanal asub elu vasakul poolel st. isa poolel ehk jõu poolel, kuna sünnitusel on jõudu ja selgust tarvis. Üksikemade lapsed või lapsed, kelle isa on kodust kaugemal, tunnevad isa toe puudust. Kui ema isale andestab äraoleku, lapsele ära selgitab-põhjendab ning andeks palub, siis lapsel stressi ei tule. Laps saab end mobiliseerida enda ja ema nimel.

Peresünnitus on täiuslikkus, kus kõik asjaosalised võidavad rohkem kui nad üldse arvata oskavad. Minu praktilised kogemused on juba mulle selle tõestanud. Näiteks 10 aastat lastetust ravinud 30-aastane esmassünnitaja, ise 50-kilone, sünnitas 6 tunniga 4500 grammi kaaluva lapse, kes kohe kandis kaela, tõstis pead ja fikseeris kõike silmadega.

Uskumatu muutub loomulikuks kui loomulikkus muutub enesestmõistetavaks. Sünnitus on ju loomulik protsess.

Ämmaemanda osast me juba eespool kõnelesime. Lisan siia veel vaid ühe näite.

NÄIDE ELUST.

Naine sünnitab. Lapsel on stresse nii palju, et tunneb, et sureb. Samal momendil noor kogenematu ämmaemand tunnetab seda, ta ei oska olukorra päästmiseks enam midagi teha. Aga ta on armunud, tema hing on armastusest pungil. Ta seisab, surudes käsi rinnale ja palub last ahastusega, et see tuleks tema pärast, et ta ei tea, mis temast saab, kui laps peaks surema. See on armastava südame karje. Laps tunneb, et **teda** armastatakse, see on esimene inimene, kes teda armastab ja ta tormab armastatu suunas. Sünnitustegevus ootamatult intensiivistub ja sünnib terve laps.

Ämmaemand on nii õnnelik, et kasvõi nuta. Heldimuspisar ei saa tulemata jääda ja see kukub ninalt lapse kõhule. Nagu kuum päike valgub see lapse kõhul laiali. See on õnneliku armastuse tõestaja.

Naine, kelle sünnistressi me vabastasime, hüüatas selle peale õnnelikult: *"Nüüd ma tean, miks ma panen alati, kui mul halb on, käed kõhule ja mul hakkab soe ja hea."*

"Ja küllap Teile meeldivad inimesed, kes tulevad tänaval vastu, tilk nina otsas?" "Jaa, nad on nii armsad!" oli vastus.

Igaüks armastab omamoodi.

Süda on armastuse organ.

Ühe sagedase patoloogia äraseletamise kaudu tahan rõhutada veel sünnistressi olemust.

Järjest enam on lapsi, kellel on sagedased hingamisteede haigused, mille haripunkt on astma. Paljudel lastel valutab tihti kõht, söögiisu on halb, kasv pidurdub. Nägu on kahvatu, aga seda põhjendatakse heleda nahavärviga. Kõht saab lapsel poole suutäie pealt täis, laps väsib imelikult ootamatult ja kui ei saa magada või lamada, siis tekib minestustunne. Laps on närviline, apaatne, hirmunud, jõuab surmahirmuni või soovini surra. Või kurdab laps, et käed ja jalad on külmad ning valutavad. Sageli on allergia jm. nahahaigused, mis, vaatamata äärmuslikele piirangutele ja tõeliselt suurele emapoolsele muretsevale hoolitsusele, ei kao. Ema on pettunud kogu meditsiinis.

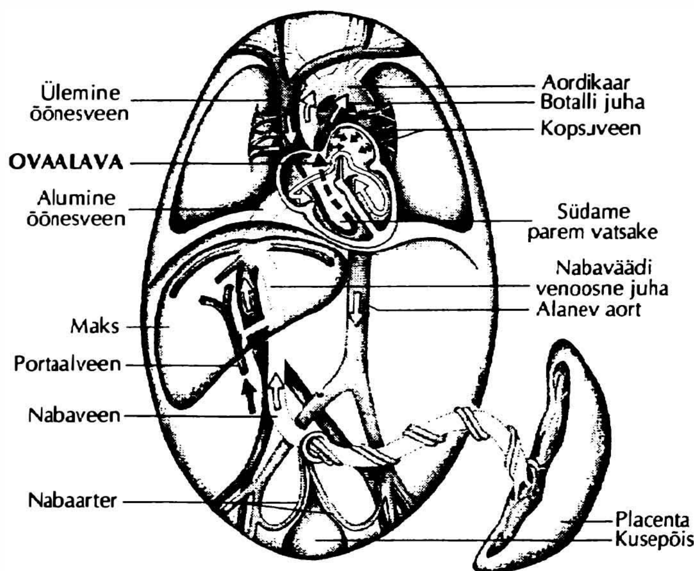
Need haigusnähud võivad olla kombineeritud, võivad taanduda ja

nähtava põhjuseta ootamatult jälle puhkeda.

Äärmiselt harva leitakse põhjus südamest, ometi on kõigi nende haigusnähtude puhul süda haige. Sageli on tegemist järjest sageneva kaasasündinud südamerikkega - **ovaalava avatusega** - *Foramen ovale apertum* (ld. k.). Ametliku statistika järgi on see patoloogia juba 25 %-l sündinuist, mitteametlikult palju rohkem.

Millest selline haigus?

Loote elu emaihus on erinev sündinud lapse omast. Loote vereringe on sellele vastav - loote veri ringleb südames otse läbi südame kodade vaheseinas asuva ovaalava, sest loote kops ei hinga. Kui laps sünnib ja hingama hakkab, avanevad kopsud ning veri hakkab läbi kopsude voolama, et hapnikuga rikastuda. Enne tegi seda ema oma kopsudega. Samal momendil sulgub ovaalava. Selleks kulub ainult minuteid. Kui sulgub ...



Süda on armastuse organ. Kui lapsel on stress: "*Mind ei armastata, ma ei ole armastust väärt, minu armastus ei vääri vastuarmastust jne.*", siis see ava ei sulgu. Stressi tugevusest oleneb, kas ava jääb täielikult avatuks või sulgub osaliselt - laps jätab endale võimaluse kiiremini ära minna, kui midagi paremaks ei muutu või on ta kurb, et teeb emale enda olemasoluga elu raskemaks.

Osaliselt suletud ava puhul on vere läbivool, nagu ikka kitsa ava puhul, keeristega, mis tekitavad kahina. Arst, kuulates seda kahinat, ütleb, et lapsel on kasvukahinad. Mõni arst kuuleb, mõni ei kuule. Mitte et arstide kõrvakuulmine oleks kehv. Arst, kes armastusega lapsele läheneb, ei kuule, aga arst, kellel parasjagu just meel pahane on, kuuleb. Põhjuseks on lapsele tekitatud stress. Lapsed on selgeltnägijad niikaua, kuni vanemad = materiaalne elu selle võime hävitavad ja nad näevad = tunnevad seda, mida täiskasvanu enda meelest varjab. Antud juhul laps tunneb, et arst on tema peale pahane, ta süda hakkab pekslema, sest hirm tõstis vererõhku ja südame löögisagedust.

Kui kodus on vanemate vahel tülid, siis laps reageerib samuti ja tema armastusenergia hävineb - laps ohverdab selle vanematele.

Avatud ovaalava puhul on vere vool kehas langenud vererõhu tõttu aeglane. Kuna veri liigub valesti - kergema vastupanu teed, siis kopsus ja maksas on vere pais. Iga liigne südamelöök lisab paisuverd.

Tüüpiliselt on neil lastel kleenuke rindkere ja suur kõht, kõhuhingamine ning eespool nimetatud sümptoomid. Kui veri on paisu all ja ei liigu, siis see võrdub samaga kui verd ei olekski.

Sellest tekivad sagedased bronhiidid, kopsupõletikud, astma:

- bronhiit tekib, kui peres on masendus, mure, elutüdimus;
- kopsupõletik tekib, kui peres on riid ja karjumine või vihane süüdistav vaikimine;
- astma tekib, kui peres on lämmatatud armastustunded, lämmatatud nutt, lapsel on elu ees hirm ja ta ei taha enam elada.

Maksa pais võib olla vahel äärmuslikult suur. Maks on inimkeha kõige suurem organ, ta puhastab keha mittevajalikust ja samal ajal on vereloomeorgan.

Maks on viha, põlguse, raevu jne. keskus. Kõige mürgisemad tunded kahjutustatakse maksas. Kui neid kuhjub liiga palju nii, et maks enam hakkama ei saa, siis tulevad maksale appi limaskestad ja nahk. Siin on laste luude ja liigeste valude, reuma ja nahahaiguste põhjus.

Laste luude valud on sageli ka kaltsiumi puudusest. Kui luud ei saa kasvuks vajalikku kaltsiumi, siis õhtuti on toruluudes pingevalu. Selline laps palub, et ta jalgu masseeritaks.

Ovaalava sulgub kergelt. Olenemata soost ja vanusest on muutused

ovaalava sulgumise puhul tüüpilised:

- kohe tekib vahel minuteid kestev sügav sissehingamine, mille ajal rindkere ülaosa kummub välja ja suur kõht hakkab silmnähtavalt vähenema. Sageli öeldakse: "*Ma hingaks nagu esimest korda elus.*" See on tõsi, nii peab hingama laps peale sündimist. Kuna ta ei ole nii hingata saanud, siis ta nagu sünniks uuesti;
- tekib kõhu tühjuse tunne, kuna maksa pais hakkab kaduma. Lapsed küsivad süüa;
- nahk muutub jumekaks, huuled punaseks, vaevatud nägu kaob ja silmad löövad särama.

Need muutused toimuvad minutitega ja silmnähtavalt. Vaatepilt on vapustavalt ilus. Rõõmupisaraidki on tore vaadata. Kui veel inimene vabastab ka oma stressid, siis need haigusnähud kaovad lõplikult.

Kes loodab ainult sellele, et asi tehti korda, siis võib effekt kesta küll aastaid, aga tasapisi tuleb vana tagasi. Ava uuesti lahti ei lähe, aga südamelihas kahjustub stressidest ja tagajärjeks on verevoolu aeglustumine ning verepais elutähtsates organites.

Meditsiinis avastatakse seda südameriket palju, neid haigeid opereeritakse. Süda on sellega terveks ravitud, ainult eelpoolnimetatud haigused sageli ei kao. Süda vastab imestusele väga lihtsalt: "*Mina ootasin armastust, aga tuli vägivald.*"

Skalpell on kehale alati vägivald. Isegi kui tema kasutamine on igati õigustatud ja elupäästev, on ta ometi märk eksimisest keha tõeliste vajaduste vastu. Operatsioon tähendab, et põhjuse likvideerimisega on hiljaks jäädud.

Sageli seda patoloogiat ei avastata, sest süda ise ei anna veel tunda - veel toidab teda jumalik armastus. Kuna kodade vaheseinas pole juhteteid siis südame tavauuringute hulka kuuluv elektrokardiogramm EKG seda ei näita. Hiljem, kui südamelihas on juba väga kannatanud, pannakse tagajärjele vastav diagnoos. Sest loogiliselt võttes - kui enne pole seda riket diagnoositud, seega teda pole olnud, siis hiljem see tekkida ju ei saa ja ta jääbki diagnoosimata.

NÄIDE ELUST.

1992. aasta suvel tuleb vastuvõtule umbes 50-aastane väga halva väljanägemisega mees. Tal on kollakas-kahvatu näonahk ja ta hingab

raskelt. Õlad haprad, rindkere ülaosa sisse vajunud aga käsivarred ja labakäed nagu sepahaamrid. Tohutu suur kõht ja imekitsas puus. Tore must habe ees aga silmad kustunud. Karikatuurne pilt, mille üle ma ikka ja jälle nüüd, kui mees on mulle sõbraks saanud, naeran. Tal on alati tore hiidlase naljajutt, silmad säravad ja vunts on vigureid täis. Tol korral rääkis ta lakooniliselt. Mitmeid kuid hiljem sain teada, et ta tuli Tallinnast haiglast, kus oli 2 kuud lamanud nagu tol korral grupiinvaliidid ikka pidid korra aastas tegema, et võiksid gruppi taotleda.

Küsisin mehelt mille üle ta kaebab. Tema ütleb: "*Selg on haige.*" Mina mõtlen: "*Mis selg! Vaata missugune kõht sul on, miks sa sellest ei räägi?*" Kohe unustasin ta seljajutu ja sukeldusin kõhtu. Näen paremal kõhupoolel tohutult suurt tihedat organit mida maksaks nimetada ei julge, kuna ma pole kunagi oma arstipraktika jooksul veel kuulnud, et maks võiks väikesesse vaagnasse ulatuda. Piki kõhu keskjoont asub nii tihe moodustis, mida ma omas mõttes sain võrrelda ainult oma koduse punase harjavarrega. Olin mehe juba kušetile pikali pannud, kuna mehed kipuvad minestama, nad on väga tundlikud ja küsin: "*Mis tunne Teil seal kõhus on?*" Mees ütleb aeglaselt: "*Mul oleks nagu pulk kõhus, seda võib katsuda ka.*" Katsuda oleks võinud, aga eks katsu trummist läbi. Koputlemisega oli tumestus tõesti. Lähen uuesti kõhtu ja selle tiheda moodustise sisse, tunnen - vesi. No kui on vesi, siis on turse, siis peab see maks olema ja siis peab südames põhjus olema. Lähen südamesse - suur laienenud süda. Otsin viga ja järsku üllatun - kodadel ei ole vaheseina. Näha ja tunda on selle baas, nagu maja vundament, millele ei ole maja ehitatud.

Günekoloogina ei olnud ma kolmekambrilise südamega eluvõimalusest midagi kuulnud. Aga Jumala abiga oskan ma säilitada hingerahu ja selge pea - inimene elab, järelikult saab aidata.

Kui vaheseina ei ole, siis peab ehitama. Mõeldud, tehtud. Ehitasin ja ehitasin, ajataju kadus ära, mees lamas vaikselt. Imetlesin oma tegemist, vaatasin kuidas viimane millimeeter moodustub, süda hakkas muutuma.

Energiapilt on nii tõene ja tihe energia on nii materiaalne, et funktsioon taastub. Mõne aja möödudes tekib füüsiline tervete kudede kasv ja inimene terveneb ka füüsiliselt. Nüüd tean seda, sest korduvalt on selliselt ravitud südameid isegi sondeeritud, aga deffekt on kadunud olnud.

Minu rõõmu katkestas äkiline norsatus. Vaatasin mehe otsa - ta hakkas nii äkki sisse hingama, et ootamatusest norsatas. Hingas sisse ja jäigi sisse hingama. Ma pole elus nii pikka sissehingamist näinud. Silmnähtavalt kadus suur kõht ja täitus rindkere ülaosa. Mees lõpetas oma maailma

pikema sissehingamise ja ütles: "*Ma hingaks nagu esimest korda elus,*" rõhutades aeglaselt igat sõna eraldi ja nautis oma hingamist edasi. Ja mina nautisin teda ja tema muutusi. Poole tunni möödudes oli kušetil hoopis teine mees - laia rindkerega, kõhunahk nii kui tainas suurtes pikivoltides vedelemas kõhul ja vajumas külgedelt kušetile. Mõtlesin: "*Püha taevas, nüüd tal ripub see nahk nagu põll põlvini, mis ma sellega peale hakkan?*"

Tuleb mees 2 nädala pärast. Imestades ja sõnatult vaatan talle otsa. Tema küsib: "*Kas ei tunne ära või?*" "*Tunnen ja ei tunne,*" ütlen, sest hästi ei tunne tõesti, "*Te olete 10 aastat nooremaks läinud. Kui vana Te olete?*" küsin. "*Kui palju pakute?*" Mõtlen, et asi on kahtlane, ütlen: "*Viiskümmend.*" "*Täpselt.*" ütleb tema. Mees oli 40-aastane. "*Kas püksid seisavad ikka üleval?*" küsin, kuna mehel nagu polekski suurt kõhtu olnud. "*Seisavad küll, ma tegin rihma sisse kolm auku juurde.*" Vaatan tema maksa ja ei usu oma silmi - maks mahub roidekaare alla ära, aga see pole ju võimalik. Panen mehe kušetile, palpeerin kõhtu ja ütlen: "*Maks kaotsi läinud!*" "*Ma tean küll,*" ütleb tema. "*Kust Te teate?*" "*Arst ütles. Ma käisin veresuhkru analüüsi tegemas, siis katsus. Ütles, et pole võimalik. Ma mõtlesin, et katsu, katsu, mina ka ei ütle.*" "*Miks Te ei öelnud?*" imestasin. "*Aga tema ütles, et ma olen simulant, kui mul maks valutas,*" ütleb ta mulle moka otsast pobisedes nagu hurjutada saanud laps kunagi.

Sellest toredast mehest võib naljatades palju rääkida, sest stresse on tast saanud välja meelitada tohutult. Vaimujõud on tal eriliselt tugev ja optimistina peab ta igale katsumusele vastu ja aina läheb edasi.

Võib arvata, mis mehest edasi sai. Ta oli 20 aastat grupiinvaliid olnud ja nüüd muutus töönarkomaaniks. Töörõõm oli mehe silmad nii särama pannud, et patt oli teda manitseda ülemäära rabelemast, aga ometi ma seda tegin.

Mitte kordagi ei ole ta eitanud ühtegi oma stressi. Imestanud küll, et tema sees nii palju paha on ja et paha mõte on ikka paha tõesti. "*Ma ise mõtlesin juba ka ...,*" on ta tavaline vastus.

Kaks aastat hiljem tuli mees iivelduse, oksenduse ja kõhulahtisusega, millele eelnes ja kaasneb väsimus, mida mees nimetab laiskuseks. Päikesepõimikus oli näha, et mees valitseb oma keha kohustusega kõik elus tegemata jäänud tööd ära teha ja hirmuga, et mis siis saab kui ta haigeks jääb. Kõik, mis takistavad tema tööd, vihastavad. Pahameel on hakanud varjutama rõõme.

Mis toimus? Mees on hingelt tõeline töömees, vaatamata parandamatule

haigusele, oli säilitanud lootuse ja valmisoleku fööniksina tuhast tõusta. Tõusis, aga pingutas üle - uskumatult palju ehitas, haris põldu, kasvatas loomi ja tahtis oma elujärge veelgi tõsta.

Kehale, ka täiesti tervele, oleks see kõik olnud liig. Ta pööras endale tähelepanu küll, ta on väga hea õpilane, aga ei mõistnud kui keha väsimusega selgelt märku andis, et puhkust vajas. Töö ja kohustus valitses, keha otsis väljapääsu. Alguses, kui asi polnud väga kaugele läinud, reageeris iiveldusega (märguanne, et kui seda iiveldama panevat rabelemist ära ei lõpeta, siis hakkan võimu välja oksendama). Keha ise otsustas vabaneda halvast. Edasi järgnes kõhulahtisus. Asi oli läinud igati üle piiri ja keha võttis olukorra lahendamise enda juhtimise alla. Sümboolselt on fekaalmassid ebavajalik = halb. Igaühel on oma taluvuse piir ja seda arvestamata jõuame paratamatult haiguseni.

Iga seitsmes päev nädalas peab olema hingamise päev ja see on ka Jumalik loodusseadus. Seaduse rikkumisele järgneb karistus ja ennast petta ei ole võimalik.

Põlvkondadevaheline konflikt.

Lõputa võimuiha probleem. Vanemad allutavad lapsi ja hiljem saavad ise allutatud. Kõik, mis inimene teeb, saab ta topelt tagasi. Seega - külvad tuult, lõikad tormi.

Eelnevat korrates tahaksin rõhutada veelkord:

1. Laps valib oma vanemad nende hea ja halvaga, mitte vastupidi. Süüdistada ei ole kedagi.
2. Laps = puhasvaim tuleb oma vanemaid alati armastama. Vanemate eesmärgid on seevastu sageli väga omakasupüüdlikud.

Armastav ema (isa) ei ütle ka pahameelehoos oma lapsele mitte iialgi: "*Sa ei armasta mind ja sa oled paha laps.*" Ainult ema, kelle südames on tunne, et teda ennast ei armastata ja kes teab kui valus see on, ütleb meelekibedushoos nii oma lapsele selleks, et hästi palju haiget teha. Ema põhjendab loogiliselt: "*Miks mina ei või, kui tema minule tegi?*" Ema kohus on laps targaks õpetada, selleks peab ise õppima. Kui ema enda kasvatamisel tema vanemad on teinud vea, siis selle peab andestama, mitte veaseemet

edasi külvama.

Selliste sõnadega lapse hinge haava lüües, tulevad nad Teile kunagi tagasi, aga siis on Teil endal seda palju valusam kuulata. Ja siis ärge süüdistage last, vaid paluge oma viga andeks. Mõistmine peab algama targemast.

Laps, kes sa tead, et sinu emast seda loota ei ole, anna ise oma emale andeks ja anna endale andeks, et oled selle valu enda hinge sisse lasknud.

Ema kohus on õpetada laps maailmaga kohanema, teha ta tugevaks. Liiga vähesed emad sünnitavad puhas armastus hinges.

Ikka ja jälle ägestuvad inimesed selle jutu peale. Te võite öelda mida tahate, aga on fakt, mis tõestab selle väite - see vanem, kelle hinges on puhas armastus, ei lähe oma lapsega kunagi vihavaenu. Võivad olla lahkarvamused, vaidlused, tülid, milles selgub tõde, aga kunagi ei lähe tarvis viha ega solvanguid, st. võitlust kes keda. Armastus hinges teeb inimese tugevaks, mõistvaks, arukaks. Kes ägestub teise sõnast või teost, see ei oska mõista ja tahab kohe hakata oma õigust maksma panema, jalgu alt ära lööma. Aga võim põhjustab alati protesti, protest omakorda viha. Selge on see, et vanem on oma suurema ja tugevama õigusega üle. Mida rohkem füüsiline jõud valitseb vaimu, seda nõrgemaks vaim jääb. Ka lapse mõistuse areng jääb seisma, eriti allaandlikel lastel.

Valitseda võib last väga erineval kombel:

- kes sõimab ja sajatab,
- kes ähvardab millegagi või kellegagi,
- kes nutab, sest teab, et laps on abitu just sellele võttele.

Kuna laps tahab alati vanematele head, siis on ka neid, kes ütlevad: "*Meie pere hea nime pärast pead sa olema ...*" Ja laps on. Ta oleks muidu ka, aga nüüd on sundolukorras. Sageli vanemad ise *nii* ei olegi - tegelikkus ja sõnad ei ole vastavuses. Laps kurnatakse tühjaks.

Kui paljud vanemad hoiavad lapsi ohja otsas, hirmutades käsust-keelust üleastumise puhul oma surmaga nii, et tekitavad lapsele neuroosi. Aga inimene, kes ei oska õigesti suhtuda surmasse, ei oska ka elada. Sünd ja surm on vältimatud ja loomulikud ning see elutõde peab lapsele selgeks saama. Laps, kellele on õpetatud, et surm on keha ühest olekust teise minek, ainult et surnu läheb meie juurest ära, teab, et see ei ole häving vaid see on kaugelolek. Ja see on õige.

Vanemad, kellel on surmahirm, on ise haiged ja põhjustavad lapsele sagedasi palavikuhaigusi, aja möödudes isegi surmaga lõppevaid haigusi. Laps toidab oma terviseenergiaga vanemate surmahirmu. Liialt ennastohverdav laps võib isegi surra oma ema või isa eest.

Karm elutõde ütleb, et vanemad kasutavad nii lapse vaimu kui keha kallal vägivalda esimesena ja siis saavad väärilise tasu tehtu eest hiljem kätte. Oma laste üle nurisejad ei taha seda kuidagi tunnistada. Aga oma vigade eitamine ei võta häda ära - jääb üle laste käest andeks paluda, et endal haigus kaoks. Kelle kangekaelsus ja uhkus seda ei luba, peab kannatama.

Laps saab alati targemaks kui vanemad, sest elu läheb edasi. See, kes on momendil targem, saab õpetada ja peab seda tegema tingimusel, et teeb seda õigesti. Lapsevanem, kes kardab, et ta äkki ei oska seda õigesti teha, alustagu juttu nii: "*Anna andeks, aga minu meelest sa teed valesti. Luba ma õpetan.*" Iga ema ja isa peavad olema nii targad, et last õpetada. Kui nad seda ei ole, siis on vaja õppida. Laps tahab oma vanematest lugu pidada ja õppiv lapsevanem väärib lapse silmis alati lugupidamist.

Ja kui Te olete juba targem kui ema ja isa, siis ärge kunagi neid alandage ennast uhkelt targemaks pidades. Järgmises elus võib-olla olete Teie ise nende isaks või emaks ja siis on tark tegu oma tagajärjega Teid vääriliselt ootamas. Rõõmustage selle teadmise ja oma õigesti tegemise üle.

Kui laps väärib oma teo tõttu karistust, siis tuleb seda teha selgelt ja ühemõtteliselt halva teo eest. Karistamine on alati äärmiselt tõsine tegevus. Ka sellega tõestatakse suhtumist lapsesse ja laps tänab Teid tulevikus õigeaegse ja õiglase karistuse eest, mis õpetas.

Laps, kes suurena mäletab oma vanemate ebaõiglast ja inetut käitumist, andke oma vanematele see andeks ja andke endale andeks, et selle endasse võtsite ja jätsite. Ja paluge oma keha käest andeks, et kehale sellega halba tegite.

NÄIDE ELUST.

31-aastane Behterevi tõvega mees. Teisiti öeldes deformeeriv spondüloartroos, mille puhul lülisammas on nagu vägivaldselt kõveraks painutatud bambuskepp. Mehel oli eriti kõver turjaosa ja ta istus nii, et lõuga sai pingutades tõsta umbes 20 cm kõrgusele kirjutuslauast. Kogu aeg oli tal tunne, et teda painutatakse jõuga veel kõveramaks. Vastasistujale ühe

silmaga otsa vaatamine oli võimalik vaid viltuse peaga. 2-3 korda aastas oli ta saanud ravikuure 20 aasta vältel.

Vaatasin, et haigus algas 7-aastaselt. Mees vastas, et selg jäi lapsena haigeks tõesti. Nägin, et olid perekonnaprobleemid ja isa lahkub. Laps tunneb, et tema on selles süüdi ja tahab surra. Läheb õue jäise vihma alla, et külmetuda ja surra. Külmetab, haigestub, aga ei sure. Mees ei eitanud, et see kõik vastas tõele. Otsin, mis põhjusel tekib lapsel selline süütunne vanemate ees ja näen, et ta sündis küürus nagu kerjus, käsi pikal paludes oma vanemaid.

Mis põhjusel selline stress?

Vaatan veel tagasi ja näen kuidas 4. raseduskuu alguses ema ja isa tülitsevad ning ema, et mehele haiget teha, prahvatab oma kasimatu suuga: "*Sinu pärast pean ma selle värdja sünnitama!*" Ja laps tunneb, et tema on oma emale halba teinud - kui teda ei oleks, siis emal ei oleks halb. Laps, kes oli tulnud päikeseliste tunnetega hinges, kes oli väga tark ja tasakaalukas, hakkas muutuma värdjaks vastavalt oma ema suunamisele.

Pärast kogu probleemi lahtirääkimist ja emale andestamist ning oma kehalt andekspalumist, mis käis meil väga emotsionaalselt ja hasartselt, täiuslikult, leian end poole tunni pärast järgmisest asendist: mina seisan, õpetan, ise energiliselt kaasa elades. Mees istub kušetil, sirutab lülisammast ja ilma igasuguse pingutuseta vaatab mulle otsa. Küsin kiiresti: "*Mida Te tunnete?*" Mees, samuti lummuses, ütleb: "*Mind tõmmatakse nüüd teisele poole - ma olen sirge.*"

Sirge oli ta tõepoolest.

Eriline osa on peres emal. Tema on armastuse allikas. Ema stressid takistavad pere normaalset elu. Ema enda lapsepõlvest pärit süütunded sunnivad teda pidevalt rabelema, armastust ära teenima. Kui see ei õnnestu, sest hirm, et *mind ei armastata*, takistab, siis hakkab ema oma hädadele süüdlasi otsima. Seda leida on kerge - kes aga lähedal on, see ju ärritab - mees, naabrid, vanemad jne. Laps näeb vanemate konflikti, näeb armastuse kadu ja haigestub. Nüüd ema nutab: "*Mul on niigi raske, pidid sina nüüd jälle haigeks jääma.*"

Ema süütunne tõmbab ligi süüdistajaid - meest, arsti, oma vanemaid, kes leiavad, et kui vanaema õpetusi kuulata, siis laps oleks terve. Stressides inimene leiab, et tal on õigus teiste tegemistesse sekkuda.

Vaatan vahel sellist last ja tema hing palub mind: "*Aita minu ema ja isa. Minul pole midagi viga.*" Aga kui kõik vanavanemad ja vanemad endast stressid vabastaksid, siis poleks ei süütundeid ega süüdistusi, hirmu ega hirmutamisi, vihastamisi ega vihkamisi ...

Elu on pidev liikumine. Eilne ei ole tänane. Eilne on küll ajas igavesti möödas, kuid on jätnud jälje tänasesse. Seega eilne ei kao igavikku, ta on meid alati saatmas. Kui see jälg on hea, siis rõõmustage. Kui halb, siis pühkige andestusega ta ära, et ta ei segaks Teie elu.

Inimene, kes näeb oma vanemates kivistunud mõistust või vaenlast, kes midagi noorte asjadest ei tea, jääb millestki tarvilikust ilma. Tavaline noorte suhtumine - *oma vanematega pole võimalik midagi rääkida, võõrastega saab kõike arutada* - on sellest, et noorel on alateadlik vastuhaku tahe ehk stress, sest oma vanemad on sundinud õppima (kuigi kõik siin elus on õppimine). Kuna sundimine on negatiivsus, siis seda tunnetatakse valulikult, aga hoolitsust selle taga ei nähta. Enne on tekkinud protest, sest noor ei oska rakendada koheselt mõistust. Kes oskab head näha enne halba, näeb ka vanemate hoolitsust teises valguses. See noor, kes vanematele sundimise andestab, usaldab oma vanemaid ja nemad teda. Ta saab ilma oma kannatusteta aru, et suurel tundel on kaal, pinnapealsel seda ei ole. Ja isegi kui vanemad teevad oma heaga halba, võib see muutuda aja möödudes heaks.

Niikaua, kuni esimene ema ei hakka oma vigu parandama suhete heastamiseks oma emaga ja oma lapsega, jätkub stressiahel lõputult. Ja kahjuks ikka nii, et iga järgmine põlvkond saab rohkem kannatada. Vea tegija võib tulla ülejärgmise põlvkonnana tagasi ja on sunnitud seega oma tehtud vigu parandama.

Võib kogu maailmale tõestada, kui palju ema on mulle haiget teinud ja kuidas nüüd omakorda laps hakkab järjest enam mulle haiget tegema - seega olen kohutavalt õnnetu inimene. Aga enne, kui ma oma emale ei andesta ja lapselt andeks ei palu, pole suhete paranemist oodata.

Rõhutan pidevalt rohkem ema osa, sest isa mõju lapsele toimib läbi ema. Aga iga isa võib järgmises elus olla ema, seega isa andestamise töö ei ole vähem kaalukas.

Praegusel ajal on lastel järjest enam armastuse puuduse stresse.

Statilistiliselt kõige enam sureb maailmas inimesi südame haigustesse, järjest enam sageneb noorte inimeste kopsuvähk, naistel rinnavähk - kõik IV tšakra haigused. Ma loodan, et see tõsiasi põhjendamist enam ei vaja.

Aga kui tegemist on juba nii raskete haigustega, eriti vähiga, siis inimene tavaliselt üksi enam toime ei tule. Siin on vajalik kõigi asjaosaliste, vanemate, haige ja abikaasa aktiivne abi. Isegi lapsed saavad aidata. On üksikuid tugeva iseloomuga inimesi, kes vähi algstaadiumis suudavad oma mõttemaailma muuta ja paranevad. Enamik neist haigetest küll muudavad ennast, mis on kolossaalne töö iseendaga, hakkavad juba paranema, aga siis tuleb vanematelt või abikaasalt järjekordne hingehaav, millele järgneb järsk äraminek.

Selline lahkumine on suhteliselt kerge tänu sellele, et ta on oma stressid vabastanud, ta on oma elu õppetunnid teadlikult saanud.

Hingerahu vabastab keha vaimust, see keha ei vaja enam piina - ta on tark.

Lastetuse probleem.

Me elame ajastute vahetuse ajajärgul. Nii nagu ajaloost teada, kui on saabunud kriisid, toimuvad revolutsioonid. Ka praegu on kriis - elu Maal ei saa enam endistviisi jätkuda, vastasel juhul hävitame Maa täielikult. Materialism annab teed idealismile. Allasurutud vaim pääseb vabadusse.

Praegu on kogu maailmas järsult tõusnud lastetute perede arv. Füüsiliselt terved naised ja mehed ei saa järglasi vaatamata parimate arstide jõupingutustele ja nõiaviguritele.

Uue aja lapsed tahavad tulla siia ilma stressideta, et hakata kohe oma elüülesannet täitma, mitte vanemate vigu parandama. Kõik mured, hirmud, väärettekujutused, ülepingutused, soovid jne. tekitavad vaimul soovimatuse tulla stresside õhkkonda, sest ta teab, et kõik tema vanemate tunded ja arusaamad tulevad temasse. Targal vaimul on need õppetunnid juba õpitud, kordama ei ole mõtet tulla.

Naine, kellel ei ole lapsi, revideerigu kõigepealt oma suhteid emaga. Suhtumine emasse on suhtumine naissoosse ja iseendasse. Kui Teile tahab tulla tütarlaps, siis see on ka suhtumine temasse. Mõelge, mida tema tunneb, kui Teie emal on olnud arusaam - *sünnitus on üks hirmus kannatus ja kes teab, kuidas kõik läheb, laste kasvatamine on raske... Hea on, kui on lapsed, parem, kui neid ei ole*. Kõigepealt olete Te hea lapsena selle endasse

võtnud ja Teil on süütunne, et olete ema elu raskeks teinud. Teie murede pärast muretseb ema praegugi. Ka on Teil juba igasuguste väärarengute ja sünnitraumaatikute kujutluspilt jne. ...

Lapse vaim näeb seda kõike ja otsustab mitte tulla, kuna:

- ta ei taha emale halba;
- armastada oma ema võib ka vaimuna;
- ta ei taha olla süüdlane;
- ta ei taha tulla emale, kes ei usu, et lapse käes on sündimise tarkus ja jõud;
- ta teab, et ta ei saa oma elu ülesannet sellise stressikoorma all teostada.

Ja nüüd veel Teie ema suhtumine Teie isasse ja isa suhtumine emasse. Seal vahel olete Teie märklauaks. Kui Teie isa ei suuda enam naiste nuttu kuulata, kui ta on tüdinenud ja väsinud või tige või tunneb, et teda ei armastata jne. Teie enda suhtumine isasse ja meestesse on siis - *mehed ei kuula naiste nuttu, kuna nad ei hooli ja ei taha mõista naisi. Mehed väsivad ja tüdinevad naistest, mehed on naiste peale tigedad, mehed ei oska armastada.*

Lapse vaim omakorda järeldab:

- minu isa ei mõista ema ega mind ja meie elu on seepärast raske;
- elu on tüütav ja väsitav, aga mina tahan naudinguga elada oma eesmärgikindlat elu;
- ma ei taha näha tigedust;
- ma vajan armastust, sest armastuseta mul elu ei ole.

Öelge, mispärast peaks laps tulema? See laps parem ootab, kuni ema targaks saab, õigesti mõtlema hakkab ja siis ta tuleb.

Kui Te ise oleksite see laps, kas siis otsustaksite tulla või oodata? Eriti veel, kui oleksite targalt enesekindel ja omaksite valikuvõimalust.

Naine, kes Te olete tagajärjetult oodanud rasedust, mõelge nüüd enda hinge peale ja tehke iseenda ees aus järeldus. On ju õnn, et Teile ei ole praegu last tulnud, et Teie lapse vaim on nii tark, et ootab ja kasvatab oma isa-ema vaimu, kuna ta tahab olla täisväärtuslik.

Rõõmustage selle üle ja hakake oma stresse vabastama. Mõelge läbi

enda suhtumine vanematesse, oma mehesse, maailma ja oma tulevasesse lapsesse. Andke oma vanematele andeks oma ebamäärase päritoluga stresside olemasolu pärast. Andke andeks kõik, mis ei ole Teie meele järgi. Andke endale andeks, et kõige selle olete endasse võtnud (sest need tarkused on Teil vaja omandada). Paluge oma kehalt andeks, et keha on pidanud selle all kannatama. Paluge oma tulevaselt lapselt andeks, et tema tulemist olete takistanud. Rääkige temaga süda puhtaks, nagu oleks ta Teie juures. Rääkige nii siiralt ja ausalt nagu ise tunnete, sest laps tuleb oma emale ja isale, mitte patrioodile või ühiskonnale. Tundke end emana, kes õpetab, mida oskab ja rõõmustab selle üle, ei alahinda ennast, ei tunne muret oma rumaluse pärast.

Alati teadke, et vaim on targem kui füüsiline inimene, tal puuduvad vaid praeguse füüsilise elu kogemused. Iga laps saab ja peabki kord saama targemaks kui vanemad, aga erinevalt oma vanematest tema oma tarkust ei rõhuta ja vanemaid rumalaks ei pea. Vaimud on erineva tarkuse astmega ja võib juhtuda, et Teile sünnib laps, kes on vana vaim, st. väga tark Teie endaga võrreldes. Mida targem vaim, seda enam vajab ta selgust ja tõde - ta oskab terasid sõkaldest eristada.

Vaim ei tule ilusa ja kerge elu pärast. Need vanemad, kelle elu printsiip on - *elan, lõbutsen, saan positsiooni, saan korteri, ostan auto, kogun varandust jne. ning siis võib laps tulla, siis meil on hea elada*, ei saagi sageli last. Laps teab - see ema ei vaja minu armastust, ta vajab lelu ja tulevikuks karke kaenla alla toeks. Ta vahetab nn. *korraliku* ema võib-olla sellise vastu, kes talle küll ihunuhtlust annab, aga kes jälle ülevoolavalt armastab ja kolmandal momendil ütleb: "*Tule pane oma õlg alla ja anna nõu, mina üksi ei oska ja mulle meeldib, kui me koos rassime!*" Sellelt emalt on õppida.

Lapsed igatsevad väga emalikku ema. Naine, kes peab ülitähtsaks oma välimust ja häbeneks oma suurt kõhtu mehe ja kaasinimeste ees, võib jääda lapseta. Naine, kes kardab kõike - lastetust, rasedust, sünnitust jne., saabki jääda hirmu tundma - laps ei saa tulla talle häbi tegema.

Kõige õigem soovitus oleks - looge endale ideaalpilt emast, kujutage ette oma elu sellise emaga. Mõelge välja olukordi ja nende lahendusi erinevates situatsioonides ning kui on mingi vastumeelsus, siis parandage oma ideaalpilti emast.

Nüüd kujutage iseennast selliseks emaks. Kujutage end ürgemaks, kes rõõmuga südames kohtab igat last, kes üle elu ukseläve astub.

Naine, kes Sa igatsed last, räägi oma tulevase lapsega nii, nagu tahaksid, et Sinu ema Sinuga räägiks. Siis ta tuleb. Lapsed, kes on viimase 1½ aasta jooksul stressideta sündinud, on erilised lapsed. Nad on arukad, ei jonni, nad teevad, mida tahavad, magavad väga vähe ja nendega suheldes on tunne, et räägid vana ja aruka inimesega, mis sest, et ta ei ole veel rääkimagi õppinud.

Tulevane vanaema, pidage meeles, et ema ei tohi segada lapse ellu, ka mõttes mitte. (Armastuse ja hea soovi saatmine ei ole segamine). Kui Te kardate, et lapselapse sündides saab Teie enda lapsel raske olema ja kui Te selle mõttega oma last mõjutate, juhul kui ta on mõjutatav, siis võib juhtuda, et laps ei tule kasvõi ainult selle mõtte pärast. Sageli kardab tulevane vanaema, et tütar temast kaugeneb kui laps sünnib, aga emale on ta olnud kullatükike. Kardetakse ka, et laps siis ei tule enam emale appi ja alateadlikult soovitakse, et lapselast ei tuleks. Hiljem oma soov unustatakse, aga tegu on tehtud. Selliseid näiteid on palju.

Kui ei olda rahul lapse abikaasa valikuga, soovitakse, et vähemalt ei oleks järglasi, ise samas mõistmata, et laps on armastama hakanud just sellist inimest ja see on tema püha õigus.

On neid, kelle abielu hävineb vanemate pärast, on neid tugevaid inimesi, kes vaatamata äärmuslikule vihavaenule, säilitavad perekonna. Ometi teevad sellised vanemad oma lastele, lastelastele ja nende järglastele halba. Seepärast on käibel tõde, et vanemate patud nuheldakse kolm põlve järglastele. See on valusaim tasu. Ise saavad nad väärilise tasu nii siinses elus kui ka järgmises.

Kui laps abiellub vanema meelest ebasobiva inimesega, siis tuletage meelde, et sarnane tõmbab sarnast. Järelikult on neil sarnasus, mida Teie ei taha tunnistada. Häbi on tunnistada, sest sama omadus, mis Teile lapse väljavalitus absoluutselt ei meeldi, on ka Teie lapses ja selle olete talle pärandanud Teie ise. Tunnistage seda ja parandage oma vead, küllap siis avastate, et olukord on hoopis hea.

Võib-olla ka, et Teie pakutav hea on nii ebavajalik lapsele, et ta valib Teie soovile risti vastupidise abikaasa - see on tema õigus, sest tema tuli oma elu õppetundi saama. Last ei saa ega tohi omandiks pidada. Sõdimise ja oma õiguse pealesurumise asemel õpetage oma last antud olukorras võimalikult hästi kohanema. Tuletage ikka meelde vana rahvatarkust - ema peab oskama õigel ajal tulla ja õigel ajal minna.

Ja kui Te kurvastate selle peale, siis see tähendab, et Te ei mõista elu

ega elutõdesid. Te tahate, et Teie laps oleks erand, arvestamata, et erandite elu on palju nõudlikum ja isegi raskem.

Naine, kes Te ootate rasestumist, Te teate oma ema mõttelaadi ja seda, kui väga Te oma emast hoolite ning kui südamesse oma ema sõnu võtate. Kõik valusad sõnad andke oma emale andeks, sest ta ei ole kõike seda teadnud ja paluge oma tulevaselt lapselt ette andeks, kui Te teda oma ema negatiivsuse eest kaitsnud ei ole.

Elu õppetunnid võivad olla selgeimast selgemad. Kui ema oma vale ellusuhtumise tõttu vajab valusat õppetundi, siis võib see läbi lapse tulla. Ju siis muul kombel ei oleks see nii täiuslik olnud.

NÄIDE ELUST.

19-aastane kena neiu kaotab kiirelt oma nägemist. Ta on tulnud vaimuna oma ellu koos hirmuga astuda üle ukseläve tuppa, kuna kardab halba näha. Ta mõtles - mida teha? Kaugemale me ei jõudnudki, sest kui ma küsisin ta emalt, kas ta mõistab, mida see võiks tähendada, siis hinge põhjani pahandatud ema käratas: *"Mis ta siis veel enam mõtles! Mina ootasin teda kuus aastat, enne kui ta tuli..."*

See ema oleks pidanud endalt küsima, miks laps kartis talle kuus aastat tulla.

NÄIDE ELUST.

25-aastane väga tark noormees järjest progresseeruva lihaste kõhetumisega, kes aasta tagasi oli jäänud ratastooli. Lülisamba toestamiseks on operatiivselt pandud talle Soomes lülisamba metalltoed, aga tervis sellest ei paranenud. Lülisambal on lühenemise tendents ja luukude hävineb.

Sünnistress - ta tuleb väga eesmärgikindlalt oma elu ukseläve poole ja põrkub uksel takistuse vastu. Nägin ukseavale kinnitatud jämedast traadist võrku ja selle taga vihast isa ning masendunud ema. Nii kirjeldasin seda kuuldavalt.

Küsisin noormeest saatnud isalt: *"Kas ta oli teil soovimatu laps?"* Nii vihast karjumist arstikabinetis tavaliselt ei kuule: *"Mis soovimatu! Mis lollusi Te räägite!? Ta oli rohkem soovitud kui keegi teine. Kui teda poleks tulnud, siis mind oleks sõjaväkke võetud."* Olid ajad, kui armeeteenistusse kahe lapsega perekonnaisa ei võetud.

See laps ohverdas enda. Tema eelmise elu karmavõlg tingis sellise haiguse. Aga kui vanemad oleksid olnud õige ellusuhtumisega, siis **neile** see laps poleks sündinud. Ka vanemad on karmavõlaga.

Kallid vanemad!

Laps vajab armastust. Kõik vanemate omakasupüüdlikud eesmärgid saavad tasu sageli risti vastupidiselt soovitule kui tõestus, et ilma puhta armastuseta ei ole elu. Laps ei ole asi.

Kui vanemate mõtted on negatiivsed, siis nad tõmbavad endale karmavõlaga lapse. Need kaks näidet ei olnud süüdistamine vaid õppetund. Nad oleksid olnud eos parandatavad.

Toon ühe näite elust, mille varal katsume konkreetsemalt vanemate ja laste vahelisi probleeme lahti harutada.



NÄIDE ELUST.

45-aastane tundlik naine, kes tegeleb vaimuteadustega. Lapsest saadik on andestamine temale loomupärane nii, et isegi teiste eest andeks paludes on ta olnud puhver ja rahukohtunik lapsepõlvekodus, koolis, tööl.

Omab tugevat tahtejõudu ja tahab kõigile head teha. Enda jaoks on õppinud head tegema alles pärast suuri kannatusi. Kuna süütunne valitses teda, siis alati otsis ja leidis vea endast.

Neli rasedust katkes, kaks säilisid tänu tahtejõule ja alateadlikule õigesti mõtlemisele - neid rasedusi kandes kaitses ta ennast laste nimel.

Juba kümme aastat elab ta pere koos tema emaga, kes vaatamata kõrgele vanusele on aktiivne tegutseja. Veerevale kivile on sarnanenud tema kirju ja kannatusterohke elu. Ema armastab kõiki, kes tema meelest on head. Liiga sageli muutub heaks see, kes on surnud. Rahutu mässumeelne hing ajab seda vana naist juba noorusest saadik võitlema teiste halva vastu. Kõige ilusamaski olukorras leiab ta üles halva ja sellega oskab nii lastel kui ka vanadel jalad alt ära lüüa. Muretsevalt hoolitsevana ja kaastundlikust nutust nõretavana on ta kogu suguseltsile olnud probleemiks ja valitsejaks. *Oma head* tehes on ta teinud palju halba, sest *ta on oma põhiloomuselt ju ikkagi hea, nagu kõik inimesed.* Keegi ei väida vastupidist, aga tema meelest teevad kõik talle sihilikult halba ja *ainult rahulik elu päästaks tema erakordselt haige tervise.*

Omades äärmuslikult materiaalset mõttelaadi, lahkub ta kärsituna ja vandudes kui räägitakse hingeprobleemidest. Jumalat vihkab ta teadmata, mis Jumal on, selgitustest keeldub.

Siiralt peab vanade inimeste ja eriti enda arvamust õigeks ning valitseb keda saab sõimu, süüdistamise, etteheidete, sarkasmi, nõudmiste, enesehaletsuse või nutuga jne. Erineval viisil *sureb* iga päev juba 40 aastat, ise sealjuures kartes surma. Kes ei allu tema valitsemisele, seda sajatab ja neab. "*Ma ei anna sulle surres ka andeks*" on tema kõige tavalisem ähvardus. Ja seegi on siiras.

Mäletab, kellele on teinud heateo ja hoiab teist kindlalt ning igavesti oma tänuvõla lõa otsas. Kõige suuremad võlglased on lapsed.

Korrates juba teadaolevaid loodusseadusi teame, et:

- laps valib ise omale vanemad - järelikult on sellele tütrele selline ema vajalik. Olles vaimselt arenev, vajab ta just sellist ema, kes ta elu väga raskeks teeb, sest ainult läbi raskuste õpitakse. Kuigi võiks ka teistmoodi - läbi õpetuse;

- laps valib oma vanemad suurest armastusest - kõik vaimud tulevad oma vanematele armastusest ja mitte ükski laps ei lakka kunagi oma ema armastamast. Ta võib seda sõnades eitada, aga hinges on see nii. Kes tema sõnu usub, see ei mõista loodusseadusi. Ka see tütar armastab oma ema kõigele vaatamata;

- ema, kui ajaliselt varem füüsilises kehas olija, on kohustatud õpetama last elus kohanema.

Tütar seda kõike praegu teab ja oma hinges on omapoolse teinud. Ometi ta haigestub liialt sageli hingamisteede haigustesse. Ette tõtates - kui haigus ei kao, siis stress ei ole lõplikult vabanenud. Järelikult tuleb andestada üha uuesti ja uuesti.

Tütart kimbutavad järgmised haigused:

- Kõri ja häälepaelte põletik - V tšakra ja suhtlemise probleemid.

- Bronhiit - IV+V tšakra, suhtlemise ja armastustunnete probleemid.

- Angiinid - esmakordselt 6-kuuselt tekkinud angiin viitab kindlalt vanematevahelisele probleemile.

Ema arusaam oli: "*Keegi ei armasta mind ega hooli minust.*" Laps ei saa emale öelda - ei oska ju kõnelda, et ta armastab ema. Laps tunneb, et: "*Mina armastan, aga ema ei pea minu armastust millekski, muidu ta ei ütleks, et keegi ei armasta.*" Tekib alaväärsuskompleks. Edaspidi, mida rohkem ema nutab ja hädaldab, seda sagedamini tekivad angiinid. Laps tahab oma emale head ja ohverdab enda - annab oma jõu emasse. Tütrel on olnud kolm korda kuue eluaasta jooksul nii rasked angiinid, et arstid olid kaotanud lootuse võita laps elule. 11-aasta vanuses eemaldati mandlid kuid stressid jäid ja tekkisid kõri ning häälepaelte põletikud.

- Krooniline põiepõletik.

Ema ütlemine: "*Sinu haigused tapavad minu*" tekitab lapsele süütunde ja paanilise hirmu ema surma ees. Laps, kes oli kolm korda olnud kliinilises surmas ja seega omas surmakogemust, ise surma ei kartnud, aga oma ema surma kartis väga. Põiepõletik tähendab elukibeduse kogunemist. Ema pidev ühtede negatiivsete mõtete jahvatamine tüütab ja kibestab tütre elu.

- Kõhuvalud, seedehäired.

Ähvardamine, sajatamine, needmine, surmaga hirmutamine, keelamine, käskimine, nutt, etteheited jms. võimutsemine tekitavad arusaamatud seedehäired. Igale stressile reageeris keha veidi erinevalt. Ema ja laps on seotud igavesti eeternabanööriga ja ema võimutsemine tekitab lapsele kõhuvaevused.

- Appenditsiit.

Ummikseis, laps ei oska enam väljapääsu leida. Ta on kogu aeg halb vaatamata sellele, et kogu aeg tegeleb emale hea tegemisega - õpib hästi, on töökas ja sõnakuulelik. Kui on hästi, siis head sõna ei öelda, kui on natukenegi midagi halvasti, siis sõimatakse, häbistatakse, sajatatakse.

- Peavalud.

Laps ei oska vanemate lahkhelisid lahendada. Nii ema kui isa kasutavad teda aeg-ajalt kaitsekilbina teineteisele pealetungimisel. Temale on armsad nii ema kui isa. Lapse tunde- ja mõttemaailma hävitatakse.

- Kilpnäärme haigus.

Tütar ei saa ega oska oma arvamust välja öelda, kuna lapsed ei tohigi oma arvamust avaldada, sest lapse arvamus on alati vale. Lisaks seisab

ema igal pool aktiivselt tema eest nii, et häbi hakkab ja laps ei saa suudki lahti teha. Kujuneb hea laps, kes alati räägib ja teeb *õigesti*, kuigi enda hing jookseks ära. Nii kasvatatakse orje, mõtlemata, et igaühest orja ei saa.

- Hulgaliselt viirushaigusi ja diagnoosimata vaevusi puberteedieani tekitavad lapsel kindla lootuse: "*Kui keskkooli lõpetan ja kodunt ära lähen, siis kõik saab korda.*" Nii ka juhtub.

Märkimist väärib, et selliste kannatuste peale ei haigestunud süda, kuna tütre armastus ema vastu oli nii suur ja jätkus vaatamata kõigele. Mõistusega ta teadis, et ka ema teda armastab, ainult järjest rohkem sai aru, et maailm ei ole halb, nagu ema arvab. Last päästis see, et ta palus taevast appi. Tema alateadlik appikarje oli siiras nagu lastel ikka ja Jumal võtab selle ka siiralt vastu ning aitab.

Kõikide stresside kuhjumine tekitas tal soovi surra, aga kuna see oleks teinud ta emale halba, siis ka see ei olnud väljapääs. Hakkas tekkima sõnatu võitlus enda olemasolu eest.

Emal oli kaks last eelnevalt surnud. Miks? Mõelge!

Ta hakkab ema oma mõtetest välja tõrjuma. Täieliku andestamise kunsti ta ei valda, kuigi andeks oma süüteo ees palub alati. Tema hinges ei ole kurjust, ta oskab unustada halba ja omandab eneseusalduse võime ning hakkab endale sugereerima head. Ema tunneb, et laps *kaob käest* ja hakkab tegema etteheiteid.

Vanemaks saades tuleb üha enam appi mõistus ja Jumala kingitus - usk oma tunnetesse, õige ja vale tunnetus ning piisavalt eneseväärikust, mis tekitavad üksindustunde ka oma eakaaslaste seas. Väljapääs on igat liiki õppimises.

Ometi laseb ta endasse oma ema arusaamad. Üks nendest - *mehed on hirmsad elukad ja kui sa mehe oma ligi lased, siis sa minu tütar ei ole* - segab normaalseid noorte armastustundeid ja hakkab hiljem perekonda lõhkuma.

- Raseduse katkemine.

Tütar häbeneb ja pelgab mehi ning teab, et lastest ei ole elus mingit kasu, ainult muret. Tunded räägivad siiski vastupidist. Tütar abiellub väga sõnaahtra mehega, kellega on võimatu elu selgeks rääkida, vaielda või tülitseda ning kelle alaväärsuskompleks oli esialgu varjul. Ka mehe stress -

ma ei ole armastust väärt - segab avameelseid tundeid. Ema sunnib rasedust katkestama. Suur tööpinge, teadmine, et ei ole ema õpetuse järgi teinud ning nüüd on kõik halvasti, mees ei armasta ja ka ise ei ole armastust väärt, tekitavad südamelihase põletiku, mis hakkab regulaarselt 10 aasta vältel kevadtalvel korduma.

- Müokardiit ehk südamelihase põletik.

Kevadel on looduslik päikeseenergia kõige suurem defitsiit. Armastuse defitsiit kurnab südametšakrat. Naine on terve oma elu oodanud pingeliselt, et nimelt temale sõnades öeldakse siiralt: "*Ma armastan sind.*" Aina ootab, aga endal on stress: "*Ma ei ole armastust väärt.*" See takistab nende tunnete sõnades väljendamist - paneb sõnadele tee kinni.

Noor energiline rõõmsameelne naine armastab oma peret, oma tööd ja annab oma hinge armastust kõigile, kes seda vajavad - inimestele, taimedele, loomadele ja kõik ta käes edeneb. Ta saab kõigilt armastust vastu ja see teda püsti hoiab. Aga need, kellele ta kõige rohkem tahab anda, ei võta tema armastust vastu ja see kurnab. Samal ajal otsib ta väljapääsu olukorrast. Oma tundeid revideerides leiab ta, et teda armastatakse, kuid inimesena ootab selle sõnalist kinnitust.

- Aju talitluse häired - mälu häired, tasakaalu häired, töövõime langus. Lisaks veel krooniline müokardiit.

Tunnete ja mõistuse konflikt on jõudnud haripunkti 30-aasta vanuses. Korraliku koolitarkuste omandajana ja oma tunnete vangishoidjana kuid selguse ja siiruse vajajana on ta aju väga suure koormuse all. Loomupärase tundeininesena tegutseb siiski õnneks tunnete järgi ehkki süütunne on hinges. Seega teeb teistele järjest enam head kuid enda jätab heast ilma.

- Emaka kasvaja, krooniline kehvveresus.

Emakas on ema ja emaduse organ. Laps, kes ennast ohverdades ema mured endale võtab, et oma ema elu paremaks teha, hakkab emaka müoomi kasvatama. Kehvveresus näitab, et elujõud ja -mõte on otsas. Naine saab günekoloogilise protseduuri ajal šoki, on kliinilises surmas, käib ära sealpoolsuses. Mäletab kõike, aga ei oska neid visioone mõista.

Peale sellist kriisi tekib suurem kindlustunne iseendas ja mingi rahutukstegev igatsus, mis sunnib otsima... Ta otsib ja leiab järjest rohkem iseennast. Tekib kindlameelne usk iseendasse, mistõttu tekivad pinged kolleegidega.

Ta saab järjest vaimsemaks, targemaks, tugevamaks. Ainus, millest ta üle ei ole, on ema.

Pidevalt rahulolematu, tigedust täis ema pingestab kogu peret. Kodurahu hindavale perele on see suur proovikivi. Kõige rohkem kannatab tütar, sest tema tunneb end ema ees süüdlasena, samuti ka pere ees, et konfliktse ema enda juurde elama võttis. Kõiki probleeme suudab ta delikaatselt lahendada, aga seda mitte, sest seda viisakalt ei saa.

- Palavikuhaigused.

Ema kruvib üles järgmise tüli, mis soikub, kuna tütrega pole võimalik tülitseda - tütre lapsepõlvekodu tülid on teda õpetanud mitte laskuma tülini. Aga see on pinge ja palavik näitab, et energiakadu on saavutanud maksimumi. Kuna tütar oskab emale andestada, siis palavik kaob mõne tunniga.

- Häälepaelte põletik.

Kui inimene ütleb oma arvamuse välja, vaidleb, filosofeerib, siis see on õige. Kui inimene karjub oma viha välja ja teeb sellega nii teistele kui ka endale halba või kui ta ei ütle välja vajalikku ning *jätab selle oma kõrisse* - üks negatiivse energia kuhjamine on see ikka.

- Bronhiit.

Kui armastustunded on häiritud, siis kannatavad süda ja kops. Südametšakra energiavaegus tekitab südamelihase nõrkuse, verevarustuse häire ja kopsu verepaisu. Keha tahab vabaneda painavast armastusprobleemist emaga (või mehega), tahab selle välja köhida - see on keha füüsiliste oskuste tase. Sellele andestamine on hoopis raskem, kuna ta teab, et ta ema ei anna ka surres andeks. Kuid normaalse tooniga neid probleeme emaga selgeks rääkida ei ole võimalik. Karjuda ei oska ega taha ja selle vastu protestib hing. Ta teab ka, et kui sõna ütleb, siis ema seda võimendab ning kohe telefonitsi ja kirja teel paljundab, tõestamaks kogu ilmale kuidas ta peab kannatama. Järelikult - süütundest tingituna on tekkinud hirm üldsuse arvamuse ees.

Et terveneda oli vaja vabaneda:

- Süütundest ema ees.

Sellest vabanemine tundus tütrele armastuse hülgamisena. Alles siis, kui süütunne oli kadunud, mõistis ta, et armastab oma ema ikka veel, ainult see armastus ei teinud enam valu.

- Hirmust üldsuse arvamuse ees.

Sageli ei ole see teadvustatud. Konkreetset stressi on kergem vabastada. Kes elab teiste meele järgi, teeb endale halba. Igaüks peaks teadvustama, et maailm on nagu pöörlev kera mille keskpunkt olete Teie. Kui mul on hea, siis ma kiirgan head enda ümber ja teistel hakkab samuti hea. Ka see probleem kadus.

- Kõritšakra blokeeringust.

Välja karjuda ja sellega halba teha või endasse hoida ja ikkagi halba teha - tundub, et probleem on lahendamatu. Ei ole lahendamatu - tark teab mida räägib, rumal räägib mida teab.

Igal inimesel on oma mõistuse tasand, sellel tasandil tulebki suhelda. Rumalam ei saa kõrgemale tõusta, järelikult peab targem laskuma, sest targem on alati kohustatud õpetama. Järelikult - kui rumalale on mõistetav ainult kisaga tüli, siis tuleb talle see võimaldada. Ja kui endal on pärast väga närune tunne, siis tuleb enda käest andeks paluda, et just nii ja mitte teisiti ei teinud. Probleemid tuleb lahti vaielda, kasvõi tülitseda, kuid mitte delikaatselt kivi hinges kanda ja seda kuni vähini välja kasvatada. Kui endal on vähk ja rumal on ikka rumal edasi, siis kumb on halvasti toiminud? Ikka see, kes endale viisakalt vähi korjas.

- Kahjutundest, et ema ei võta õpetust kuulda ja aina vaevleb, tigetseb ning otsib süüdlasi.

Iga inimene tuleb siia ilma õppima ja ta õpib läbi halva. Igaüks õpib nimelt seda, mis tal vaja on. Üks õpib selles elus A-d, teine B-d, kolmas C-d, sest eelmises elus õppisid nad vastupidi - C-d, A-d ja B-d, vastavalt. Järelikult igaüks õpib omamoodi ja meetodi selleks valib igaüks ise oma vaba tahtega. Sellel emal on lapseks vana vaim, kes on emast üle ja kes nüüd ema armastades tahab vägivaldselt õpetada ema targemaks. Seda selleks, et emal oleks hea nagu temalgi. See on viga.

Kes suhtleb vaimu tasandil, seda tuleb õpetada vaimselt.

Kes suhtleb mõistuse tasandil, seda tuleb õpetada mõistuslikult.

Kes suhtleb füüsilisel tasandil, selle agressiivsust tuleb taltsutada füüsiliselt. Ennast füüsilisele agressioonile ohvriks tuua on enda hävitamine.

See, kes oma tasandilt tahab tõusta, peab ise soovi avaldama. Antud

juhul peab ema soovima muutuda. Keegi ei saa midagi teha ilma, et see talle endale tagasi ei tuleks. Kahju on mõelda, et oma ema teeb endale halba ja mina tean seda, aga aidata ei saa. Kahjutundele tuleb andeks anda, sest igal inimesel on õigus valida oma õppimise meetod ise. Kui tütar pakub head õpetust, aga ema seda vastu ei võta,. siis on ema püha õigus kannatada.

Selgitades tütre jaoks ema sünnistressi, et tal oleks kergem oma ema mõista, selgus, et ema oli väga vajanud seda elu ja oma isa-ema eriliselt armastanud selleks, et nad võimaldaksid tal ellu tulla. Ema ema oli aga karm tööruhmaja, kellel üks tütar juba oli ning kelle soov oli ainult poegasid sünnitada, et peres oleks abilisi. Isa oli pehme loomuga haiglane inimene. Ta vanemad võitlesid eluraskustega ja lapsel oli süütunne, et ta ei saa teha vanemate soovi järele. Tekkis stress *"Keegi mind nagunii ei armasta"* ja hakkas laviinina kasvama ning ta elu mürgitama.

Siin sai tütar ema aidata vaid nii, et andis oma vanaemale ja vanaisale andeks, et neil olid niisugused mõtted oma tulevastest lastest, sellega oma lapse armastusest ilma jätsid ja sellega, nii kaugele ulatudes, oma lapselapsele halba on teinud. Jne.

Aga miks tütre ema valis endale sellised vanemad? Võti on eelmises elus.

Ema eelmise elu vanemad olid riiakad inimesed, kes oma lapsest ei hoolinud. Laps jooksis tülide eest kodust ära, aga pärast sai selle eest armutult nuhelda. Perekond lagunes ja vanemad jätsid lapse maha, laps jäi külakorda käima. Täiskasvanuna hulkus looduslapsena ringi. Ta oli väga tundliku ja lahtise vaimuga ning hakkas tegelema nõidumisega. Esialgu valge maagiaga. Lapsepõlve kibestumised tegid oma töö ja üha rohkem oma jõudu tunnetades, hakkas halvale halvaga tasuma.

Küllap mõistsite, et siinsesse elu tuleb see vaim sooviga saada vanemad, kes lapsi maha ei jäta. Soov täitus.

Ülejäänud vigadest ta järeldust ei teinud. Stresside kuhjumine siinses elus on tekitanud neuroosi, mida saadavad põletavad valud üle keha. Ja ka selles elus ei õpi muudmoodi kui läbi füüsilise vaeva. Selline on selle vaimu kurb tee valguse poole.

Tütar paranes. Ema mõttelaad ei muutunud, ainult konfliktid vähenesid - tütar ei tõmmanud oma stressidega enam ema ligi. Ema ei suutnud enam tema tahtejõudu halvata.

Sugudevahelised suhted ja süütunne.

Võib-olla keegi otsib ikka veel süüdlast oma hädadele, kuna ei saanud aru, et süü on vaid algpõhjus. Süüdlaseks olemisega ja süüdistamisega oleme me väga harjunud ja naeruväärne on kuulata, kuidas naised mehi ja mehed naisi kõigis surmapattudes süüdistavad.

Universumi polaarsuse seaduse alusel on inimene kahesooline - mees ja naine. Koos on nad tervik. Füüsilises maailmas on see täiuslikkus. Kui inimene on valinud elu üksinduses, siis ta jätab midagi tähtsat oma elus tegemata. See on viga, aga vigadest õpitakse.

Mees loob vormi, naine sisu. Mees sünnitab ideid, naine lapsi. Mees ehitab maja, naine kaunistab kodu. Mees on jõud, naine hingesoojus. Mees on mõistus, naine tunded.

Kui naine ütleb, et meessugu on alla käinud, siis tema mees on seda. Isegi kui ei ole, siis naine viib mehe allakäigule.

Kui mees ütleb, et naised on rumalad, siis tema naine on seda ja aina rumalamaks muutub.

Naine, kes nõuab, et mehed peavad sama õrnad ja tundelised olema kui naised, ei mõista, et sunnib meest feminiseeruma. Parem armastage oma meest nii, et oma armastusega panete mehe armastuse leegitsema. Ainult armastus tõmbab armastust ligi.

Mees, kes tahab, et naised järjest rohkem tehnilist haridust omandaksid ja mehelikult asjalikud oleksid, ei mõista, et ta ise jääb järjest enam naise tunnetest ilma. Parem armastage oma naise tundelisust ja pidage tema naiselikkusest ning emalikkusest lugu.

Emaarmastust on õigustatult ülistatud kui kõike võitvat tunnet.

Ema on esimene õpetaja füüsilises maailmas. Kui ema õpetab last armastama, siis sõltumata sellest kas laps on poeg või tütar, oskab ta elus armastada ja see inimene oma partneri armastuse üle ei muretse. Armastaja inimene on hea abikaasa, hea lapsevanem, hea ülemus, hea sõber jne.

Kui ema hinges on armastus, siis see imbub kõigesse, millega ema kokku puutub. Tuppa, kus elab armastav naine ja ema, tahab igaüks tulla, olgugi see või ainult tare nelja seinaga kus nael nagiks seinas, lihtne laud ja pink ning valgeks pestud põrand. Seal on soe ja hea, sest kõigis neis asjus on armastus.

On ülekülluslikke elupaiku, mille omamine oleks rõõm, kui seal oleks hingel soe. See ei tähenda, et vaeses kodus on soe ja rikkas ei ole. Määrav ei ole vaesus ega rikkus. Ka rikkas kodus on hea olla, kui perenaine mitte ainult ei oma hinnalisi asju, vaid ka armastab neid.

Naine ja mees!

Tundke rõõmu, et Teie abikaasa on loomulik inimene, mitte sootu robot ja hoidke teda. See on säilitamist vääriv varandus. Kui Te oma võimutsemistega abikaasa robotiks muudate või ise allaandlikkusega kokku vajute, siis olete pool oma elust kaotanud. Kõigest, mis Te teiselt ära võtate, jääte ise ilma.

Naisel on peo peal tunded, mehel jõud. Naisel on varjatud jõud, mehel tunded. Ja nii see peabki olema.

Mehed ütlevad sageli: *"Mis nõrgad need naised on, kui nad elavad kauem?"*

Vaim ehk tundepool on primaarsem, seega tunded määravad tervise ja eluea pikkuse. See ongi naiste tugevus. Naine, kes püüab mehe tundeid avada, teeb mehe tundeelu tugevamaks, seega eluea pikemaks. Naised võitlevad oma tunnete puhtuse eest, tehes selles võitluses nii head kui halba, aga kui naine elab mehest kauem, siis ta on teinud õigesti. See naine, kes hea ja kombekana või sõnakuulelikuna või vajadusega head muljet jätta hambad huulde vajutab ning kõik stressid endasse võtab, sureb kindlasti enne meest.

Mees, kes tunneb rõõmu oma jõust, mõjutab oma keha positiivselt. Tema rõõm tõmbab rõõmu ligi - temast tuntakse headmeelt. Aga kui füüsiliselt hästiarenenud meest laastab alaväärsuskompleks, siis tal areneb haigus, sest tunded on mehe nõrgem koht.

Tänapäeval on hinnatud inimesed, kelle tunded ja mõistus on tasakaalus, nad on tasakaalukad inimesed. See ei ole paigalseis, mis oleks taeva kingitusena saadud. Tasakaal on pideva mõttetööga tundeid ja jõudu reguleeriv seisund.

Kui naine oma tundeid vastavalt ajale, kohale ja ruumile mõistusega korrigeerib, siis on ta tugev naine (tunded tugevdasid füüsist).

Kui mees oma jõudu vastavalt ajale, kohale ja ruumile mõistusega korrigeerib, siis on ta tugev mees (jõud tugevdas tundeid).

Sellised inimesed on head igas olukorras. Igaüks, kes vabastab ennast

mõttelaiskusest, võib saada tasakaalukaks.

Õigesti teeb see abielupaar, kus mõlemad lasevad teineteisel nii olla, nagu nad loodud on. Suhtuvad mõistvalt ja heatahtlikult teise vigadesse ning naudivad teise meeldivat tugevat külge. Arenevad ja arendavad teineteist vastastikku ning kui tekibki konflikt, siis vaidlevad asja selgeks. Ja kui mees heatahtlikult mõtleb: *"Ah, see on ju naine, temal löövad tunded ikka pealael kokku"* ja kui naine ka heaga mõtleb: *"Ah, mees on mees ega tema ikka nii ei tunne kui mina, aga tal on omast kohast õigus"* ning lähevad koos oma eluteel ikka selliselt, et üks teeb oma osa ja teine oma, siis saab kokku täiuslik tervik.

See on tugev pere.

Kui mees tahtlikult naeruvääristab naise tundeid ja peab end naise tunnete eest kaitsma või kui naine alavääristab mehe jõudu ja kibestub mehe tundetuse üle, siis selles peres on elu halb. Naine peab täitma naise rolli ja mees mehe rolli. Vastasel juhul on loodusseadused tasakaalust väljas ja pere ei ole täisväärtuslik.

Sellises peres oleks parem, kui oleksid tülid, kus oma südamevalu kasvõi välja karjutaks, kui on sõnatu tüli, mille puhul kõik endasse kuhjub.

Tahe teist ja iseennast mõista aitab terveneda ka kõige raskemast haigusest. Inimene vajab selgust.

Inimkond eksisteerib aegadest aega olenemata sellest, kas kodu on koopas või lossis. Määrav ei ole jõukus vaid hingerahu. Mida targemaks saab inimkond, seda keerukamaks läheb hingeelu ja seda täiuslikumaks muutub suhlemisvahend - kõnekeel. Sellel on inimkonnale suur tähtsus, kõne arendab inimesi ja nendevahelist suhtlemist. Filosoofia on alati rõhutanud kõnekunsti, kui eneseväljenduse tähtsust. Tihtilugu on aga filosoofia segi aetud demagoogiaga.

Esmane on mõte, sõna kinnitab mõtet. Mõistus on inimesele tunnete ja sõnade kontrolliks. Mõttetult ja kontrollimatult väljalipsanud sõna võib teisele alati haiget jääda tegema ning andestada on väga raske. Teist solvata, teise õrnu tundeid hävitada on väga kerge, enda solvumisest vabaneda aga väga raske.

Õpetage lapsed rääkima, vaidlema, ennast väljendama, diskuteerima, et kaoksid kõnevõimet omavad kuid tummad inimesed. Väga palju stresse kuhjub hinge, sest ei osata iseennast väljendada nii, et teine ei solvuks või poleks hirmu teist solvata. Ja kui palju stresse on sellest, et kardetakse teise arvamust, nähakse igas sõnas solvangut, märkust, süüdistamist, mõttetut

ajakulu, tühja targutamist jne. Kardetakse, et ei mõisteta teist, sest teatakse, et ise võetakse kõik hinge.

Kenad noored inimesed, armastus hinges, abielluvad. Elu tuleb oma nõudmistega, tekib vajadus ebaselge lahti rääkida, kuid ei osata valida õiget sõna ja hetke - äkki ei olda nii delikaatne kui vaja. Kardetakse, et teine võib võtta juttu etteheitena. Rabatakse teineteisele meelehea tegemiseks tööd teha, pidutsetakse ja seltskonnas avatakse oma keelepaelad mõistukõneks lootes, et abikaasa sellest aru saaks. Inimene aga vajab, et tema poole otse pöördutaks kui temast juttu on, mõistukõnet mõistetakse sageli kui etteheidet.

Teineteise hellitamine ilma sõnadeta on ka häiriv, sest on tuntav puudujääk - sõna jõud. Sõna ei osata või ei julgeta seest välja saata. Mida kauem selline pinge püsib, seda suuremaks muutub ärritus enda ja abikaasa suhtes, jahenevad tunded, häirub suguelu.

Naise kannatus katkeb tavaliselt esimesena, sest naine ei suuda elada tuhmunud tunnetega. Õige naise tunded peavad kristalselt särama, siis särab ka kodu ja pere. Naine hoolitseb oma tunnete säilitamise eest nii, et hakkab vaistlikult saatma oma armastust laiali teistesse inimestesse, loomadesse, taimedesse, esemetesse, sest teisiti ta ei saa. Mehesse see enam ei jõua, sest ta ei ole neid vastu võtnud.

Mehe nõrgem külg on tunded. Mees, kes vangitseb oma tundeid, kaotab nad, sest ainult teisele saadetud tunne tuleb topelt tagasi. Mees kaotab vangitsetud tunnete tõttu rohkem, sellest ka meeste lühem eluiga. Mehe hing on hapram, füüsis tugevam. Naisel on vastupidi.

Moraaliõpetuse järgi on inimestesse kinnistunud jäik piirang - *mees, kui tugevam, peab naisele esimesena oma tundeid avaldama. Naine peab olema ootaja.* Kui vahel teisiti on, siis mõnel solvumise momendil paisatakse see teisele näkku ja see solvang on raske kaduma. Siin võitjat ei ole, mõlemad on kaotajad. Loodusseaduste järgi peab inimene olema tema ise ja tunnete väljendamine on loomulik ning isikupärane. Moraalireegleid tuleb õigesti mõista, nad ei tohi inimest vangitseda.

Eestlased, kes te end siin kirjeldatus ära tundsite, andke andeks end kammitsevatele piirangutele, hirmudele ja hakake end väljendama, oma tundeid avaldama. Kui õige tunne on õige sõnaga kinnitatud, siis on see kindel tugi elus.

Vastasel juhul kujuneb aastatega võitlus mitte millegi nimel. Lapsedki on sunnitud kasvama sellel võitlustandril.

Abielus püütakse armastust hoida väga erineval moel. Moes on vabaabielud, mis ei seo inimesi jäigalt. Sellega püütakse vältida teineteise omamist ja teineteise vabaduse piiramist, mõistmata, et Jumala ees moodustavad nad ikka terviku.

Sõrmused ja abielutunnistus, isegi kiriklik laulatus on inimlik näitemäng, mis omab toimet niivõrd, kuivõrd osapooled seda tõsiselt võtavad.

Jumala ees on abielupaar need, kes vaimus ja kehas teineteisega üheks saavad ning see on igavesti püha liit. Kes eksib, see võtab endale ise karistuse iseenda ees - mõõdupuu asub eksija hinges.

Ametlikult sõlmitud abielu, mille aluseks on puhas armastus ja inimliku vabaduse austamine, ei vaja muud tuge kui tunnete tugevust. Puhas tingimusteta armastus on andev, see vastutasu ei oota.

Aga kes oskab anda, sellele antakse topelt.

Sajandi nuhtlus - allergia.

Allergia ehk ülitundlikkus on märk sellest, et keha ei talu midagi.

Mida?

Toitaineid? Andke andeks, kuidas keha saab toitu mitte taluda?

Keemiat? See on arusaadav. Säilitusained, tõrjevahendid, tsitrusviljad - need on keha hävitamise tõelised vahendid. Lisaks olmekeemia. Nad ei puhastu kehast välja, kuhjuvad ja põhjustavad kõigepealt eritusorganite - maksa ja neerude - kahjustusi. Raskemetallid kogunevad maksa ja luudesse ning kui nende kogus jõuab 2000 grammini, siis keha sureb ilma muu nähtava põhjuseta.

Miks on aga lastel allergia? Vaatamata äärmuslikele toidupiirangutele tuuakse visiidile lapsi, kelle nahk on üleni koorikutes.

NÄIDE ELUST.

Allergilise nahapõletikuga laps tuleb koos ema ja isaga. Räägin, et selline haigus on tingitud saastainete kogunemisest maksa. Maks ei suuda enam puhastada keha ja nahk on sunnitud talle appi tulema. Maks ei saa

oma tööd teha, sest **hirm** vihkamise ja raevu ees on ta **blokeerinud**. Kui maks on abitu, siis selle taga on kindlasti ka südametšakra energiapuudus. Seega on armastustunnetega asjad halvasti.

Laps on kodu peegel. Vanemate viha ja raev kõige vastu, mis on halvasti, mida korda ei tehta, mida abikaasa või riigi valitsus ei korralda, hävitab inimeste armastustunded. Laps näeb seda ja sõnatu südamevalu vanemate armastuse hävinemisest - pere hävingust - blokeerib südame.

Räägin neile veel, missugused stressid laps looteperioodil sai, kui ta planeerimatult sigitati ning lisaks veel isa, ema ning elu võimuvõitluse veskikivide vahel tekitati.

Näen kahte kaamet nägu, silmad vees, häbiga teineteise poole vaatamas kuid järjest rohkem kindlamaks muutumas. Inimesed on tunnistanud oma vigu. Kes tunnistab, see parandab.

Ma tean - nende laps saab ruttu ja lõplikult terveks. Ta vaim teab - oli mis oli, see oli õppimine, aga minu vanemad armastavad mind.

NÄIDE ELUST.

Teine ema tuleb pettunult tagasi, et laps ikka veel päris terve ei ole. Juba mitmendat korda peab tulema, sest effekt on, aga oodatust väiksem. Ema loodab siiralt paranemist. Näen tema hirmunud nägu ja valmisolekut nutma puhkeda, sest kaua sa kannatad, kui jälle öeldakse, et laps on kodu peegel. *Meil on ju nii korralik pere, me ei tülitse üldse.* Ta ei mõista, et nende peres kogutakse kibedust enda hinge, seega maksa. Aga, et üldse ei tülitseta, see pole tõsi - pidev kõrgendatud närviline hääletoon ja käsukeelu järgi elamine on hullem tülist.

Miks isa ei tulnud? Ah, tal ei ole aega?

Andke andeks, aga õues autos istuda ja vanduda, et naine tassib last igasuguste peast põrunute juurde, on aega? Ja üleüldse on vähe neid, kes ei oleks peast põrunud...

Ema ütleb - *aga me elame hästi.* Ma tahaksin väga, et Te elaksite hästi, kulla ema. Aga kui Te hirmust mehe viha alla sattuda kogu aeg värisete ja vaikite, siis saate endale ise allergilise astma ja laps sellises viha bioväljas ju paraneda ei saa. Lõputult ei mahu lämmatatud armastustunded hinge. Lapsel ägeneb haigus kaela naha haavandumiseni. Järelikult on lapsel hirm, et ei armastata.

Kes ei armasta? Keda ei armastata?

Laps armastab oma vanemaid jäägitult ja igavesti. Kui ta näeb kodust õhkkonda, aga last petta ei saa, siis tal on hirm, et vanemate armastus kaob. Ka majandusmured on effektiivsed pereelu lõhkujad. Enamikus oli selle stressi algus juba looteperioodil tehtus-juhtunus. Probleeme on mõttetu eitada. Isale on vaja andestada. Tehke seda koos lapsega - andestage kõigepealt hirmule viha ees, siis saate ka isale andestada. Tehke seda igal õhtul enne magamajäämist. Ärge kartke lapse ees, tema tunneb kohe, et armastus isa vastu vabaneb ja lööb õitsele. Oma ämmale-äiale andestage, et nad pole osanud oma poja hinge õiget armastust anda. Ja oma vanematele andestage, et nad on muutnud Teie armastuse hirmudest sõltuvaks.

Vaba hing on julge ja tugev. Siis on ka mees Teie stressidest vaba ja Te saate temaga isegi rääkida. Meeste põikpäisus on tihti vaid kaitsereaktsioon. Õige tegu on õigele mehele alati vastuvõetav. Õige mehe väärikus vaid tõuseb enda vea tunnistamise ja andeks palumise läbi, kui vaid naine seda õigesti hindab. Laps hindab seda kindlasti õigesti.

NÄIDE ELUST.

55-aastane mees on tööl nii vihastanud, et veel järgmisel päeval on raevust lõhki minemas. Õhtuks tekib nahale sügelev lööve. *See ka veel, isegi probleeme küllaga!* Hommikul on sundolukord - *lähen arstile, las kirjutab mõne kange rohu, mis haiguse hoobilt kõrvaldab. Mis sest, et arstid midagi ei tea ja üleüldse on meie meditsiin alla käinud.* Jne. Iseennast ajab vihale - *vanal mehel selline lastehaigus.*

Rohi, mis kirjutati, maksab nii palju. *No mille eest!* Ja apteekergi kuuleb tigedat urinat. Tablett on ka kibe. Ühesõnaga - viis viga vinguril seal.

Ja õhtuks on mees ... terve, mõtlete? Ei, mees kattub nõgestõve lööbe asemel mädavillilise lööbega. Kõik kokku ajab marru.

Mis juhtus?

Maksa kuhjus viha kriitilise piirini, andis lööbega märku, et palub abi, aga anti hoopis kibe tablett. Palus andestust ja armastust, aga vihale anti kibedust juurde. Seda ta ei tahtnud. Keha hakkas end puhastama - mäda eritama, et sel viisil inimest abistada.

Või oleks parem olnud, kui oleks hakanud vähk arenema?

Selle mehe õpetamine oli lihtne - *anna vihale andeks, palu oma kehalt andeks*. Effekt oli kiire ja ilus.

Seega - **allergia on armastuse, hirmu ja viha sasipundar.**

Täiskasvanute allergilised haigused näitavad, et keha armastab ja loodab meeleparandust. Ta tunneb, et ei taha vähi käes hävineda. Tema näeb paremini.

Allergiat on väga erinevat. Näiteks loomakarvade talumatus on sageli ema rasedusaegsest ehmatusest või vihastamisest. Või ei salli ema koeri, sest need käivad laste nägu limpsimas. Kui lapsel on koerakarvade vastu allergia, siis vaadake tema ema - tasakaalukas inimene ta ei ole.

Kui lapsel on hirm, et teda õue ei lasta ja see tekitab trotsi, siis sel lapsel võib tekkida nn. heinapalavik - allergia taimede õietolmu vastu. Siis on tal võimalik eluaeg ärritatult ja hirmunult ohata: "*Mina ei saa õue minna*" ja süüa hormoonitablette. Keha lihtsalt annab talle selle võimaluse.

Andke oma hirmud lahti, ükskõik, kes selle kunagi on põhjustanud, see on Teie stress. Mõelge loovalt oma lapsepõlve peale ja Te leiate täpsema põhjuse oma isiklike nüanssidega.

Kui heinapalavik algas täiseas, siis mõelge - kas Teile ei olnud mitte vastumeelne minna maale heinatööle või pahameel seoses mõne konkreetse juhusega looduses jms. Tuletage haiguse algus meelde ja ülesleitud vihastamine ongi see stress, mis vajab vabastamist.

Harva on põhjus eelmises elus. Ja kui ongi, on stress ikka Teie praeguse elu omadus.

Ikka ja jälle kordan - ei pea ise olema tige inimene. Ka hirm teiste viha ees, mure tigedate inimeste pärast, tigedaks tegevad pettumused, pahameel majandusliku madalseisu pärast, kannatamine tigeda inimese võimu all - need on Teie stressid. Otsige ise oma halvad tunded ning mõtted üles ja vabastage nad endast. Seda hõlpsamini vabaneb hirm vähi ees.

Paluge andeks kõigilt, keda oma õnnetuses süüdistate, sest mitte nemad, vaid Te ise tõmbate endale õnnetust ligi. Te ütlete: "*Teised inimesed on ju ka kõik hädas.*" On küll. Aga kes keelab kõigil meelt parandada? Miks ootate, et loodus mõne katastroofiga meid unest üles raputab?

Kes halva eos kõrvaldab, see jääb halvast ilma. Kes halba vihkama jääb ja andeks andmisele ei paindu, see kannatab halvaga koos ka ise.

Õigustatakse: "*Teised on veel närvilisemad kui mina.*" Ka sellele ma ei vaidle vastu. Igaühel on õigus olla nagu ta on, aga mina ise olen oma tervise tegija. Mina ise tulin sellistesse oludesse, teades kuhu tulen, aga ikka tulin.

Sõltuvalt stressi iseloomust teenime endale haiguse.

Kasvajate tekkimine.

Stressil ja stressil on vahe. Energeetiliselt on stressil kaal ja maht. *Süda on raske*, öeldakse, sest stress painab. Süda laieneb, sest ta peab mahutama südamevalu.

Põhimõtteliselt - kui organ hakkab stresse koguma, siis alguses tekib organi turseline suurenemine, mis on nagu kohev stressivaht. (Stressi vabastamisel võib selle kadumine toimuda kiirelt ja silmnähtavalt.) Edasi peab organ aina rohkem stresse mahutama - seega peab neid tihedamalt paigutama. Tulemuseks on healoomuline kasvaja, mis võib kolossaalsed mõõtmed saavutada.

30 aastat tagasi õpetati tulevastele arstidele, et näiteks emaka müoom ei lähe kunagi vähiks. 10 aastat tagasi oli vähiks muutumist harva, edasi üha sagedamini.

Küsimatagi on vist selge, et kui naine kuhjab endasse oma ema muresid (emakas on ema organ), lisaks enda kui ema muresid ja ikka tundes, et ei ole oludest üle, kõike seda vihkama hakkab, siis tekib emaka healoomulisest müoomist vähk.

Annate vihale andeks.

Annate endale andeks, et ema mured ja vihad endasse võtsite, samuti enda mured ja vihad.

Palute oma kehalt andeks, et kehale sellega halba teete.

Ja Teie müoom kaob enne kui midagi tõsisemat on tekkinud.

Müoom on tülikas haigus, sest tänapäeval on tütardel emadega väga keerulised, tihti ka valulised suhted. Tütre tunne või hirm, et ema mind ei armasta, põrkub kokku ema võimuka omamiskirega. Tütre andestamine võib

hajuda nagu kevadine lumi ja müoomi suurus võib kuu aja jooksul kasvada mitmekordseks. Kui siis tütar, silmad pisarais, ütleb: "*Aga ma olen kõik teinud, mida Te käskisite,*" siis on vahel küll mõttetuse tunne. Annan sellele andeks ja ütlen: "*Aga Teil oli ju vahepeal emaga tüli, kas Te selle peale ei mõelnud? Õpetus peab hingest läbi käima, iga elujuhtumi puhul kasutamiskõlbulik olema. Ta peab saama Teie omaks, tulema südamest, mitte minu kirjutatud paberilehelt, kus Teie konkreetse hetke stressid kirjas olid. Järgmine moment on ju uued stressid. Mõelge loovalt!*"

Laps peab saama kasvatatud 18-aastaseks, edasi peab ema teadma õigel ajal minna ja õigel ajal tulla.

Praeguse aja emad, kes lapsi õigesti armastada ei ole saanud, sest nad on olnud töö orjad, tunnevad süütunnet oma laste ees. See süü on nagu piits, mis ajab neid sekkuma laste ellu. Nad püüavad parandada oma vigu, mõistmata, et aeg on ümber saanud. Nüüd võite vaid kaugelt vaadata ja kogu südamest andeks paluda, et oma lapse olete armastusest ilma jätnud. Ja endale andestada, et teisiti ei ole osanud ega saanud. Siis vabastate oma lapse lõa otsast. Ja lasete ka oma müoomil rahumeelselt taandareneda.

Teine väga sage haigus on naiste rinnanäärmete fibroadenomatoos ja vähk. Piir on habras ja võib hetkega kaduda. Sageli murrab selle hirm.

Arutleme.

1. Eestpoolt vaadates paiknevad rinnad südametšakra piirkonnas - seega on stress seotud armastusega.
2. Tagantpoolt vaadates toimub rindade energiaga varustamine lülisamba IV ja V rinnalüli kõrguselt. See on armastus- ja süütunnete piirkond.
3. Tagapool asub tahteenergia, kuid selle hävitab hirm.

Selle haigusega on seotud stressid, kus naine süüdistab meest näiteks selles, et see ei armasta teda, või on naisel süütunne, et tema enda truudusetuse, mõistmatuse, oskamatuse, mõistusabielu jms. tõttu mees ei armasta teda.

Kui patoloogia on ühes rinnas, siis, kuna stressid põlvnevad lootperioodist, on probleem seotud ema ja isa suhetega:

- ema ei armasta mind ja ema süüdistamine selle eest;
- teadmine, et isa ei armastanud ema, kahjutunne ema pärast, mis laieneb kahjutundeks ja haletsuseks naissoo vastu;

Toonitan - omades stressi: *mehed ei armasta naisi, ei hooli neist,* on naine endale stressiseina ette ehitanud ja mehe armastus ei pääse temasse. Seda naist võib armastama hakata supermehelik mees, aga ta võib ainult ahastada: "*Mis mul ometi viga on, et* see *naine mind armastama ei hakka?*" See naine tunneb end oma kindluse taga aga õnnetult, sest *teda ju ei armastata.*

- vanemate vastastikused süüdistamised;
- meessoo ja naissoo omavaheline konflikt;
- enda armastuse puuduse eitamine (eriti vallalistel ja lahutatutel);
- trots, et ma saan ilma meheta ka hakkama, samuti stressi eitamine ja viha kasvatamine;
- mehed ei armasta mind, ei tea, mis nad teises naises leiavad?
- teise, armastatud naise, kadestamine;
- isa ei armasta mind, kuna ootas poega.

Rinnanääre on väga vastuvõtlik etteheidetele, hädaldamistele, süüdistustele üldse. Naine on iseendale sellise mehe ligi tõmmanud, sest ta ei salli ja vihkab hädaldamist, etteheiteid, põhjuseta süüdistamist, sest tema ema on selle stressi temasse pärandanud. Olukord võib olla ka risti vastupidine - naine on ise hädaldaja.

Kui sõbrannal avastatakse rinnavähk, siis mõelge tema elu peale, Te ju teate teda hästi. Mõelge loogiliselt, ärge haarake endasse kabuhirmu - *äkki minul on ka.* Sõbrannat tuleb abistada, toetada ja õpetada. Mitte haarata sügavast ennasthävitavast kaastundest tema haiguse tavasilmale nähtamatu struktuur omale. Ei ole harvad olukorrad, kus sõbrataride ring on peale ühe sõbranna haigestumist igaüks saanud omale mingi tihendi rinda. Ja kõigil on ühesugune stress: "*Mind ei armastata.*" Sarnane tõmbab sarnast, seepärast ongi neist sõbrannad saanud. Neil puudus veel patoloogia vallandaja - hirm. Aga selle nad said.

Kui sellised stressid kuhjuvad, aga arstid ju nende vastu aidata ei saa, siis tekib kõigest kibestumine, suureneb hirm, mis kasvab edasi vihaks - ja oletegi teinud katastrofaalse vea, mille tagajärjeks on vähk.

Naised!

Mõelge nüüd enda peale. Otsige endast oma stressid välja ja vabastage nad. Ärge eitage neid, ärge püüdke olla uhkelt üle. Julge inimene vaatab

halvale silma ja annab talle andeks.

Enam ei ole meeste ja poiste rinnanäärmete haigused ka eriline ime. Põhjused on sarnased, aga mehelike nüanssidega.

Kellel on hirm, et teda ei armastata, selles on ruum stresside jaoks.

Inimene võtab ise enda hinge stressi.

Kui ta on juba olemas, siis see tähendab - minu vaim tahab selle läbi targemaks saada.

Keha kannatuste läbi vaim õpib. Seega keha peab aina tõmbama sarnast stressi ligi, et vaim keha vaevade läbi õppida saaks.

Oma **tõelist** vajadust - olla terve - saan ma kehale tõestada vaid sellega, et **lasen stressi lahti.**

Mitte vihates stressi vaid armastades vabastan ma ta,
sest ta on mind õpetama tulnud.

Aga ülim on õpetus.

Sageli solvutakse hingepõhjani, kui ütlen: "*Te tahate haige olla*" või: "*Te ei taha terveks saada.*"

"*Kuidas Te nii ütlete ega ma ilmaasjata siia ei sõitnud.*"

Pean ikka ja jälle vastuseks selgitama: "**Mina** *ei vaja Teie vastupidist tõestust.* **Mina** *ei vaja selgitusi. Ma näen, kuidas asi* **on**. *Tõestage* **oma** *kehale, selgitage talle ja kui ta sellest aru saab, siis see ongi tõestus Teie õigest tegemisest.*"

"*Aga ma olen alati kõigile andestanud.*"
"*Aga kõik peavad mind heaks inimeseks.*"
"*Aga ...*"
"*Aga ...*"
"*Aga ...*"

"*Aga kas Te teistelt ja oma kehalt andeks palunud olete?*"

"*Ma juba lugesin ja tegin, aga ei aidanud.*"

"*Kummaline, see õpetus* **peab** *õige olema. See on Kristuse õpetus. Ja vaadake, see teine inimene sai terveks, see kolmas ka. Aga neljas sai mu jutu peale pahaseks - tema ei saa terveks. Mis Te arvate, miks Teie ja tema terveks ei saa? Kuidas Te lugesite? Ah lasite silmad üle! Ah soo! No jaa!*"

Sellistel juhtudel meenutan ikka *Doris Kareva* luuletuse algust:

Ma ütlen: ARMASTUS!
See pole vale.
Kui tahad kuulda,
tule lähemale.
Kui tahad tunda,
tule päris ligi,
kuid rohkem ma
ei ütle ometigi ...

Igaühe hinge mõõdupuu on temas **endas** ja sellega ta mõõdab **endale**. Ja seegi on õppetund.

Kaasinimeste ees iseenda puhtaks pesemine, enesehaletsus ja teiste süüdistamine on inimkonna viga ja elu õppetund. Targalt ütlevad vanad inimesed - *omad vitsad peksavad* ja lasevad oma vitstel enda seljas tantsida. Tarkusi tsiteeritakse, kommenteeritakse, väänatakse.

Proovige parem vanasõna enda hingest läbi lasta, luulerida tunnetada, mitte lihtsalt silmad üle lasta või pähe tuupida, et oma vasaku ajupoolkera suutlikust tõestada.

Tunded surutakse hinge põhja kinni, eitatakse ja nüristatakse neid, et siis apaatselt moodsa ükskõiksusega, kuid uhkelt öelda: *"Ei ole. Ma ei tunne, et minus oleks selline stress."*

Ma ei tunne...?

Olete Te kunagi kuulanud oma keha lihtsalt niisama, enne kui ta valuga märku annab? Olete Te kunagi millessegi oma hinges süvenenud ilma, et sellel oleks materiaalset eesmärki? Kuidas saab rääkida tunnetest, kui need on iseendagi eest varjule pandud.

Varjamine→ valetamiseks→ varastamiseks→ hävitamiseks.

Keda me hävitame? ISEENNAST. Sageli veel võimalikult palju teisi kaasa haarates. Aga see on juba nende probleem.

Mind vapustab alati kui pärast minu pikka, haiguse olemust peensusteni lahtiseletavat juttu ja andestamise õpetamist, kus mu süda hõiskab: *"Ka seda inimest saab aidata!"* mõõdetakse mind pika hindava pilguga ja öeldakse jahedalt: *"Mis Te arvate, et ma pean nüüd ennast töölt lahti võtma või?"*

Ei! **Minu jaoks** ei ole vaja. Ja jätan ütlemata: *"Kui mina oleksin Teie*

nahas, siis ma võtaksin ennast lõbustustest lahti." Endaga tegelemiseks on vaja aega.

Vaimu ei saa mõistusega petta - Jumalat ei saa petta.

Kristlased ütlevad - Jumal karistab. Ja inimesel on tunne, et **Tema Seal** kõrgel ja kaugel karistab. Aga **Tema** ei ole **Seal**, **Ta** on siin, **minu sees** ja õpib minu vigade läbi. Ta tahab kõike teada. Kui ma selles elus tigetsen, peksan, varjan, valetan, varastan, tapan, siis kui mitte kohe, siis kui mitte selles elus, siis järgmises elus tulen kõige selle läbi ise kannatama, kuid kraad kangemalt. Ise tulen, sest ise tahan. Eelmise elu mõistust mul järgmises elus ei ole, on hing ja vaim. Nemad ei tunne füüsilist valu. Valu on suurepärane tunne, millega mõistust õpetatakse.

Tihti küsitakse: *"Miks need joodikud ja ilmahulgused lapsi sünnitavad?"* Meenutage kasvõi seda, et I ja II Maailmasõjas kogusid miljonid inimesed endale karma võlga. Kõik need, kes läksid vaenlast vihaga tapma, mitte need, kes läksid kodumaad kaitsma. Nad vajavad oma võla kustutamist, seepärast sünnivadki sinna, kus neil on väga raske. Abi ja hoolitsus on head asjad aga kõige tähtsamat - õpetust, mis neid aitaks, ei ole. Esialgu inimkond aina süvendab oma kriisi.

Kui te oskaksite näha missuguse hingejõuga annab oma isale-emale andeks 3-aastane laps. Kuidas ta mõistab, missuguse pahateo on ta eelmises elus teinud ja palub **sinna** andeks **sellelt** kellele halba tegi. Muutus lapse bioväljas on nii suur, et seda võib kohe ka füüsilises välimuses näha. Lapsega on kerge, aga tema vanemate üleolevalt võimukat nägu on ebameeldiv vaadata. Nemad tahavad tervet last, aga mitte *totrat muinasjuttu*. Õnneks enamik vanemaid hakkavad mõtlema.

Olen hea inimene.

Paljud vanemad ohkavad: *"Olen hea ja korralik inimene, aga ma ei tea kust mulle selline laps on tulnud! Ma pole kunagi aega raisanud, mul kogu aeg üks töö ajab teist taga. Olen nõudnud ta käest korda ja ega ma teda ära hellitanud ka ei ole, aga kool ja sõbrad on ta halvaks teinud, ma tean seda täpselt."*

Vaadake nüüd olukorda lapse tasandilt:

1. Armastuse puudus on lapse hinges, sest ema pole mind

märganud, tähelepanu pööranud ega mind armastusega mu elu ukselävel vastu võtnud. Rõhutan - **need on lapse stressid**. Emal endal on samasugused tunded ja kuidas lapselgi teistsugused saavadki olla. Ema aga eitab neid.

2. Armastuseta inimene teeb vigu, aga vigade eest saab vanemate käest karistada. See tekitab hirmu vanemate ees, hirmu midagi teha.

3. Lapse tahtmine tegutseda on suur, aga teda **sunnitakse** tegema, isegi kui laps on juba sama tööd alustanud. Vanemad tunnevad end hästi kui sunnivad, ei haletse ega hellita, kasvatavad elust läbilööjaid. See tekitab lapses hirmu sundimise ees, kurbuse, vastuhaku ja trotsi. Ja kõige hullema - tunde, et *mind ei armastata*.

4. Vanemad **käsivad** last õppida, mõistmata, et lapse vajadus kõike teada saada on niigi lapse rahmeldamise käimapanev jõud. Vanemate sundimine õppida **seda**, mis vanema arvates on tarvilik, on lapse üle valitsemine.

   Väikelapsele öeldakse: "*Ära tee, ära mine, ära puutu ...*" jne. selle asemel, et öelda: "*Tule vaata, tule katsu, tule tee ...*" Tundub, et vanematel on hea, kui laps millegi vastu huvi ei tunne. Hea laps - ei sega vanemaid.

   Seda ei märgata, et laps sulgub endasse ja tema tahe teha tööd kaob. Ja varsti kuuleb see laps: "*Miks sa ei tee, miks sa ei vaata, miks sa ei hooli?*" Ja laps tunneb, kuidas kurb tühjus tema hinges sunnib end vanematest ära pöörama. Laps otsib teise väljundi. Kas see just talle hea on, on iseasi.

5. Vanemad õpetavad lapsi elama oma sõnade, mitte tegude järgi:

   ära karda - aga ise on arg,
   ära tee - aga endal on valgust kartvad teod,
   ära mine - aga enda teed on kõverad,
   ära kiirusta - aga ise ei leia aega sõnu ka suust lõpuni välja öelda.

6. Ei mõisteta, et laps näeb ja teab kõike. *Sina oled rumal, aga mina olen tark, õpi! Hea* laps, kes väga ennastohverdavalt vanemaid armastab (vanemad seda tavaliselt ei mõista) nimetabki vanemate *tarkuse* tarkuseks, isegi kui see on vastupidi ja hakkab selle järgi elama. Nii mõnigi helge

geenius on seetõttu varases nooruses surnud, sest vanemad on tema tõelise mina hävitanud. Nad on ta enda omandiks muutnud ning armastuse ja kasvatamise sildi all toimuva ümbervoolimise käigus tema hinge pooleks murdnud.

7. Vanemate rahulolematus, hirm ja viha kõigi vastu, kes tema last õpetavad (lasteaia kasvatajad, õpetajad, treenerid) tekitab lapseski samad tunded ja sarnase käitumise. Seega - õpetajad on rumalad, tigedad, eluvõõrad, pahatahtlikud.

   Hea ja inimlik õpetaja, kes tunneb kutsumust koolis töötada, peab muutuma selliseks, missugustena lapsed teda oma vanemate läbi näevad. Ja muutub ka.

   Ometi on üks ja sama õpetaja ühe õpilase meelest ingel, teise meelest nõid. Laps kutsub oma meelelaadiga endale külge sarnase käitumise õpetaja poolt. Ja kes seda hiljem enam kindlaks teeb kes esimene oli.

Väljapääsuks oleks üleüldine andestamine.

Vanemate iseloomujooned päranduvad ja võimenduvad lastes.

Ajaga stressid vaid jäigastuvad ning põikpäised lapsed ja vanemad on vastamisi nagu kaks kõva kivi.

Laps = lapsevanemad kõverpeeglis.

Laps vajab tõtt. Muidu head ja hoolitsevad vanemad tunnevad hirmu lapsele tõtt tunnistada või muredest rääkida, kardavad lapse ahastust.

Laps on vanemate õppetund, vanemad on lapse õppetund.

Hirmud ootavad vabastamist:

Andke andeks hirmule. Andke andeks oskamatusele end õigesti väljendada ja ikka veel segavale mõttele.

Seejärel saate vabalt laskuda lapse tasemele ja öelda: "*Anna andeks, ma tahan sulle midagi rääkida ...*" Lapsele arusaadav väljendusvorm on läbi Teie suu avanenud ja teil mõlemal on pärast hea olla.

Laps tunneb kindlasti ära kas see on siiras jutt või eneseõigustus. Laps mõistab ka viimast, kui Te talle ütlete: "*Ma ei oska ega saa praegu teisiti. Aga mul on hea kui sa mõistad, et see mure ei ole sinu pärast.*"

Laps tahab olla hea.

Laps tahab, et vanematel oleks hea.

Andke talle see võimalus varakult, siis ei pea Te kunagi kahetsema.

Kõige rohkem igatseb laps, et oleks armastus. Kui ta muud moodi seda eesmärki ei saavuta, siis kasvõi haiguse ja vaevade hinnaga. Nii kujundavad vanemad *elukutselisi haigeid* - nõrku inimesi, kes igast ebameeldivusest haigestuvad, ise mõistmata, et see on hoolitsuse = armastuse väljapressimine.

Veel näiteid elust.

Inimestel on väga raske mõista stressi põhimõtet, sellepärast selgitan veel mitme konkreetse näitega.

NÄIDE ELUST.

Inimesel on sapikivitõbi ja maksa haigus. Põhjuseks on viha. Öeldes seda, võib kuulda vihast purset: "*Mina ja viha! Ma olen kõige parem inimene maailmas, kõike arvestan, kõikide eest hoolitsen.*" See inimene eitab enda loomust ja teda aitab kividest vabaneda kirurgi skalpell, aga maks jääb haigeks igavesti. Kui ma oleksin teda rabanud konkreetsemalt: "*Kivi põhjuseks on Teie viha ülemuse vastu,*" ka siis oleks ta eitanud või veenvalt põhjendanud miks seda ülemust peabki vihkama.

Teine inimene jääb põhjuse üle sügavalt järele mõtlema ja ütleb: "*Ma vihastan küll vahel, aga et ma nii tige olen, seda ma ei teadnud.*" Ise ei peagi tige olema, võib ka teiste viha enda sisse tõmmata. Põhimõtteliselt - kas vihatakse mind, mina vihkan kedagi või on minu ümber inimesed, kes üksteist vihkavad - kui see minusse mõjub, siis ongi see minu sees ja kasvatab kivi.

Näiteks viha töökollektiivis seab mind vihavaenlaste tõttu sõltuvusse - nende suhe paneb mind suluseisu. Maks, sapipõis ja neerud asuvad päikesepõimikus. Järelikult, kui ma pean olema kellegi vihase võimu all, aga kohe olukorda lahendada ei saa ja stresse endast vabastada ei oska, siis tekib sapi- või neerukivi. Kui inimesel on mitu sapikivi, siis on tal viha mitme inimese vastu. Mida rohkem peab inimene hinges viha kandes näitama ilusat nägu, teesklema, seda sagedasemaks muutub kivitõbi. Eestlase iseloomule on seda eriti raske taluda.

On hämmastav, kui vähe inimene ennast tunneb ja iseendaga suhtleb. Hea ja halva mõisted on äärmiselt ähmased. Põhimõtteliselt - kõik, mis häirib, on minu jaoks halb.

Arvatakse järgmiselt - *ma ei tee ju kellelegi oma süütundega, haletsusega, kahetsusega, nutmisega, kahjutundega halba. See, et halvad elusündmused aina meelde tulevad ja et ma nende pideva kordamisega nutust pimedaks jään, ei tee ju kellelegi halba.*

Eriti puudutab see vanemaid inimesi. Nad ei taha mõista, et pidevalt halba korrates, lisandub iga kord negatiivsust, mis teeb inimese halvaks (haige inimene on halb inimene) ja see halb kiirgub ümbrusele.

Negatiivse mõttelaadiga vanainimestele ei tohi usaldada lapsehoidmist. Negatiivse mõttelaadiga ema teeb lapse haigeks.

Eranditult kõik haigused on stressidest põhjustatud, ka viirus- ja muud nakkushaigused.

NÄIDE ELUST.

Helistab ema, kellel on pere mitmendat päeva kõrge palavikuga gripis ja nüüd jäi väike laps ka. Ema on vaimuteadustega kursis. Vaatan ja näen pere peal värsket verd. Küsin: "*Mis veri teie perel on, kas tapsite looma?*" "*Ei.*" Ja siis karjatab ema: "*Aga nädal aega tagasi ma kohitsesin oinast! Palju kordi olen seda tööd teinud ja alati hästi, aga nüüd leidsin järgmisel hommikul looma vereloigus.*" "*Ja siis rääkisid igale vastutulijale oma õnnetust?*" "*Rääkisin jah. Ja kui ühe naisega rääkisin, siis poole jutu pealt ütlesin talle, et mulle hakkab vist gripp tulema ...*"

See, et bakterid ja viirused oma elu meie kõrval elavad, on loomulik. See, et sügisel ja talvel on nende paljunemise hooaeg, on ka loomulik. Ja see, et inimene stressidega jõuetuks jääb ning viiruse külge kutsub, on ka loomulik.

Ema tegi andeksandmised kõigi asjaosalistega läbi ja kahe tunni pärast oli gripp kogu perest täielikult lahkunud.

Inimene on Kõiksuse osa. Järelikult on tema toime ümbritsevale vältimatu. Eriti selgelt on see näha laste haiguste puhul.

NÄIDE ELUST.

11-aastane poiss põdes kopsupõletikku, oli kaks nädalat haiglas ja tervenes. Kodus oli veel ühe nädala järelravil. Viiendal päeval tõusis uuesti palavik ja algas lämmatav köha.

Palavik on energia äärmuslik kadu. Kopsupõletik on südametšakra energia blokeering - armastustunded on sel juhul väga tugevasti kannatanud. Mis armastustunded nüüd 11-aastasel lapsel, ütlete?!

Laps armastab oma vanemaid ja soovib, et neil oleks kõik korras. Seal peres oli isal majandusliku mööna pärast depressioon, mille tõttu ta tundis, et *mis mees ta on, kui ei suuda peretki toita. Naine ka ei saa sellist meest armastada. Aga see oleks talumatu.* Naine tunnetas seda, kuid ei osanud mehele selgeks teha, et tema armastus mehe vastu ei sõltu rahakoti paksusest. Mõlema armastustunded blokeerusid. Lapse energia voolas nüüd ära vanematesse ja tal tekkis kopsupõletik. Haiglas oli ta pere bioväljast eemal ning paranes. Koju tulles kordus kõik uuesti.

NÄIDE ELUST.

Eriliselt vanematesse kiindunud lapsi võivad vanemad nii ära kurnata, et laps lahkub elust parandamatu haiguse läbi.

Vastuvõtule toodi 35-aastane äärmiselt asteniseerunud naine, et põlve ravida. Turses, hävinud luukoega põlveliiges oli vähktõve metastaasis ja elule seda inimest võita ei saanud. Naine oli rahulik, pretensioonitu, sõnaaher, sirgeseljaline märter. Niivõrd rahuliku mõistusega surmaminejat kohtab harva. Ta oli oma tunded blokeerinud, apaatia ja leplikkus saatusega olid äärmuses.

Tema sünnistressist saime teada, et teda olid vanemad sigitanud kaine mõistusega, teineteist austades, kuid tõelised kuumad armastustunded puudusid. Pigem tõrjuti eemale töömõtteid, sest ka seks tuli korralikult ja kohusetundlikult ära teha. Nad olid väga korralikud ja nimekad inimesed.

Lapse vaim tuleb ja naudib oma vanemate ilu. Nii ema kui isa on nagu tüüpilised inglise härrasrahvas - haritud, intelligentsed, elegantsed. Laps tuleb ja saab kohe stressi: "*Mind ei armastata.*" Aga ta tuleb, sest ta armastab oma vanemates ilu ja elegantsi - see on tema elu õppetund. Pärast selgus, et teda oli vanaema kasvatanud, kuna vanemad olid liialt tööga

hõivatud.

Miks valis ta sellised vanemad? Selguse andis eelmine elu Inglismaal. Noored, rikkad, eriliselt ilusad isa ja ema lähevad oma 8-kuuse pojaga merereisile, nii nagu tollel ajal seal moes oli. Vanaema püüab takistada, aga teda ei võeta kuulda. Laev hukkub. Laps pannakse tünni ja ta leiab omale kodu kaugel rannas vaese kaluri peres ning ta jääb igavesti igatsema oma armsaid ilusaid vanemaid. See tunne on nii pimedakstegev, et ta valib uues elus vanemad välimuse järgi - ta tuli õppima tarkust, et välimus on petlik.

Kes hindab inimest ainult välimuse, viisakuse, hariduse ja kõnelemisoskuse järgi, saab sageli petta. Tunnetage vestluspartnerit ja uskuge oma tundeid, need ütlevad, mismoodi te teineteisele mõjute. Vastavalt sellele võib arendada suhteid.

NÄIDE ELUST.

Vahel, kui inimene on väga tundlik, võib haigus imekombel kaduda.

Toodi 73-aastane mees suure korall-neerukiviga, kes oli kaks nädalat kannatanud neerukoolika valu. Mees oli sellest väga kurnatud aga ka eluaegse metsatöölise ameti tõttu kulunud ja nüristunud. Pikka filosoofilist selgitavat juttu oleks talle mõttetu rääkida olnud.

Ütlesin: "*20 aastat tagasi tülitsesite naabriga ja soovisite talle halba. Meelekibedus püsib siiani.*" Mees ütles: "*Jah, seda pattu olen ma teinud küll.*"

"*Kui nüüd palute naabri käest andeks, mis Te talle soovisite, mis sest, et tema alustas tüli, annate endale andeks, et nii tegite ja palute neeru käest andeks, et temale sellega kivi kasvatasite, siis mida rohkem palute, seda väiksemaks kivi jääb.*" See oli lühim õpetus, mida ma kunagi olen andnud. Mees läks ära.

Tulemusse mina ei uskunud, kuna mees tundus nii nüri ja isegi noortele olin harjunud pikka veenvat selgitavat juttu rääkima.

57 minuti pärast oli telefonikõne: "*Me helistame selle mehe pärast, tal hakkasid enne valgusfoori* (see on 1,5 km minu töökohast) *tugevad valud. Ärge muretsege, nüüd on tal kõik möödas, ta istub meil* (see on foorist veel 700 m edasi) *ja joob teed. Aga mis me nende neerukivi tükkide hunnikuga seal klosetipotis teeme?*"

Mõistsin, et mees oli jalgsi läinud ja muudkui palunud andeks ja andnud andeks ... Ja suur kivi lagunes tükkideks.

See mees teadis, mis tähendab kõigest hingest midagi teha. See inimene oskas armastada. Küsite - mis siin armastusega pistmist on?

Ravida saab ainult armastusega. See, kes armastuse vastu võtab nii, et see teda kohe aitab, oskab ise armastada. Vastasel juhul ta ei võta abi kohe vastu vaid peab enne pikalt mõtlema.

Vaimsed tarkused on iga inimese sees. Enamikul kahjuks seitsme luku taga vangis. Lukke saab lahti ainult inimene ise. Lugedes vastavat kirjandust tuleb see iseenda hingest läbi lasta, et tekiks resonants, siis saan ma öelda: "*See on minu jaoks.*" Nimekaid ja kogenuid vaimuinimesi on palju ning igaühel on mingile probleemile erinev, oma lähenemisviis, mis näitabki, et tõde on keeruline. Tõeni saab väga erineval viisil, aga alati heaga. Mis on hea, selle peab endale ise leidma - kui minu võnked ühe ravija võngetega resoneeruvad, siis tuleb sellist filosoofiat süvenenumalt õppida. Teooriat on vaja mõista, siis rakendub ta praktikasse.

NÄIDE ELUST.

Tuuakse 2-aastane astmahooga laps. Ilma süvenemata võib öelda, et põhjus on kodus ja nii ka emale ütlesin. Ema eitab, kodus olevat kõik korras. Selgitan uuesti, et ema ja isa probleemid teevad lapse haigeks, et teil on kodus midagi lahti. Tahan ema mõtlema panna. Ema ei tunnista seda: "*Meil ei ole viimasel ajal muud, kui mina käisin südamega arstil ja saan praegu ravi. Aga tüli ei ole meil olnud.*" Aga miks on noorel naisel süda haige, selle peale ta ei mõtle, selle häda põhjust mõista ei püüa vaid loodab ravimitele. See lapse häda ju ei ole. Hämmastama pani ema arusaam, sest paar nädalat tagasi olime lahti rääkinud lapse sünnistressi. Järelikult oli see õpetus olnud nagu hane selga vesi.

Ema on depressiivne ja hirmunud inimene. Kui laps haigestus, siis ema hirm kohe suurenes. Hirm blokeerib neerupealised ja paranemiseks vajalikud hormoonid ei pääse vabadusse, nad ei saa keha aidata. Ema informeerib õnnetusest vanaema ja tema omakorda lisab oma hirmu lapsesse.

Nagu sangpommid ripuvad vanemad inimesed lapse hinge küljes oma murede, pettumuste, hirmudega jne.

Õpetasin selle lapse ema veel kord pikalt ja panin sõnad peaaegu suhu, enam selgemalt ei saa. "*Teie hirm ei lase lapsel paraneda,*" ütlen talle.

"*Kuidas hirmust siis lahti saab?*" küsib ema nagu poleks eelnevat juttu kuulanudki. Me oleme jõudnud jutu algusesse tagasi - nokk kinni, saba lahti, nokk lahti, ...

Ema ei ole midagi mõistnud. Hirm segas. Hirm on nagu betoonsein, mis peaks kaitsma halva eest, aga takistab hoopis hea vastuvõttu.

NÄIDE ELUST.

Noor mees kaasasündinud seljaaju songaga. Opereeritud. Alakeha on tundlikkuse ja funktsiooni häiretega.

Eelmises elus on olnud ohvitser, kes enda au ja hiilguse pärast jättis teise ohvitseri murtud lülisambaga metsa surema.

Eelmise elu vigadest järeldust ei teinud, seega elu õppetund jäi omandamata. Käesolev elu on karmavõla lunastamine.

Iga viga saab parandada, ka karma võlga. Ideaalvariandis saaks iga ema oma tulevase lapse elu parandada tingimusel, et ta teab neid vigu.

Lapse keha ei arvesta, et praeguse aja ema vaim on blokeeritud ega oska lapse vaimu abistada.

Järgnevalt toome ära selle noormehe sünnistressi kirjelduse ja stresside tekke olukorrad. Stressid, mis nendes situatsioonides tekkisid, oleks saanud ema õigeaegse andeks palumisega ja õpetamisega kõrvaldada. Ema ei osanud, aga ema oma keha ei saa seda mitteoskamist arvestada ja emal on alateadlik süütunne, mis ema hinge vaevab.

Emad võivad pahandada, et miks elu nõuab seda, mida inimene ei oska. Aga elu peab arenema ja selle nimel peavad nõudmised ikka eespool käima.

Põhireegliks on ja jääb - *sarnane tõmbab sarnast.* Kui ema on hea mõttelaadiga, positiivsete emotsioonidega, siis ta tõmbab endale ligi samasugust last. Karmavõlata = tervet.

Vaimu tee	Stresside teke	Andekspalumine, mille ema jättis tegemata
Vaim tõttab teel eesmärgikindlalt oma elu ukseläve poole, mis on väga kõrge. Sinna ei saa peale astuda ega üle astuda ega kaksiraksi üle ronida. Ta hiivab vaevaga end läve peale ja rõõm sellest on nii suur, et muule enam ei mõtle.	Eesmärgikindlana valib endale suured eesmärgid mille saavutamine võib olla väga raske aga oma eesmärkide saavutamist ei oska kergendada.	*Kallis laps! Kui tahad midagi saavutada, siis alusta vähesest, nii on kergem. Ja kui on raske, siis anna takistusele andeks, siis kasvad ise, mitte takistus ei muutu väiksemaks. Õpi sellest. Mina armastan sind.*
Ta tõuseb püsti ja lööb pea vastu ülemist uksepiita ära. Aga tõusmata jääda ei saa. Tõuseb püsti ja sirutub nii, et ülemine uksepiit jääb õlgade kõrgusel keha läbima.	Ületab eesmärke nii, et saab haiget.	*Kallis laps! Sul on hirm poolel teel seisma jääda. Anna hirmule andeks, siis su tõusmine on loomulik. Õpi sellest. Mina armastan sind.*
Seisab ja ootab. Mida kauem, seda suuremaks läheb kurbus ja nutt, et keegi ei kutsu teda edasi.	Ootab kutsumist ja on kurb kui ei kutsuta.	*Kallis laps! Anna andeks, et ma ei teadnud, et sa sel hetkel tulid ja sind armastusega edasi ei kutsunud. Mina olen tavaline naine ja ma ei teadnud, et sel momendil rasestusin. Praeguse aja naised saavad tavaliselt rasedusest aru siis, kui menses ära jääb. Anna andeks! Sina seda ei teadnud, aga nüüd õpi sellest.*
Kobab pimedas ukseläve, sest elutuba on hämar ja ta ei tunne, et seal teda armastus ootaks.	Tunne, et teda armastusega ei oodata.	*Kallis laps! Me ei osanud küll planeerida rasedust, aga last me tahtsime. Anna andeks, et me sulle tahtmatult tekitasime tunde, et sind armastusega ei oota.*
Aga tulla tahab ja tuleb. Selleks, et ukselävest lahti saada, muudab end väiksemaks nii, et keha on väike ja must ning vaim on õlgadest saadik üle keha.	Ei oska teha keha vaimu vääriliseks .	*Kallis laps! Sa ei oska oma keha vaimu vääriliseks teha, sest võimalused (ukseauk) on viletsad. Anna andeks võimalustele, mis sind segavad, siis nad laienevad. Õpi sellest.*

Vaimu tee	Stresside teke	Andekspalumine, mille ema jättis tegemata
Tuba on hämar ja ebaselge. Näeb, et ema on väga ebaselgete ja ebakindlate tunnetega ega suuda mõista meest. Laps aga tunneb, et hoopis teda.	Ema on ebakindel tema suhtes. Ema ei mõista teda.	*Kallis laps! Anna meile andeks, et me ei osanud teineteist nii armastada, et su elu oleks armastusest valgustatud. Anna andeks meie ebakindlus teineteise suhtes, sest me ei oska teineteist mõista. Aga õpi meie vigadest.*
Vaim mõistab vanemate olukorda, oskaks aidata oma armastusega, aga tundis, et neis on nii suur armastuse puudujääk, et temas seda nii suurt jõudu ei ole ja kui tema seda teeb, siis lakkab olemast.	Vahel oskab mõista teisi aga tunneb enda jõu puudust ja ei julge abi pakkuda.	*Kallis laps! Anna hirmule andeks, siis julged meile nõu pakkuda ja siis julged oma armastust jagada lõputult, sest sinu hinges on lõputu armastus. Õpi meie vigadest.*
Kardab surra, kuna oli suur vajadus elada.	Surmahirm. Armastuse puudus.	*Kallis laps! Anna surmahirmule andeks ja anna meile andeks, et sellise hirmu sulle tekitasime.*
Rabeleb end ukseaugust lahti ja kiirustab vanemate vahelt edasi nii, et mitte tõmmata külge vanemate halba.	Kardab teiste halba külge tõmmata. Kardab halbu inimesi.	*Kallis laps! Iga hirmu on vaja andestamisega vabastada. Anna andeks, et me oma eluga sind hirmutame, aga see on sulle õpetuseks.*
Isa hinges näeb musta haava aga ei oska mõista, et need on isa hingeelu probleemid.	Meeste hing on haavatud.	*Kallis laps! Anna andeks, et ma ka ei märganud oma mehe hingehaava ja tekitasin sulle teadmise, et meeste hing ongi haavatud ning nagu see peakski nii olema. Õpi minu vigadest!*
Vaim läheb mustas öös. Tee tõuseb mäkke ja on libe. Tekib tagasilibisemine.	Valib raske ja libeda tee.	*Kallis laps! Anna libedusele ja raskusele andeks, siis on tee kindel ja kerge.*
Hirmuga mõtleb: hoida! See tähendab, et tekib halva eelaimus.	Halva eelaimus.	*Kallis laps! Anna halva eelaimusele andeks, siis saab see ära minna ja halb ei saa tulla. Õpi sellest!*
Tal on teadmine, et ta on süüdi ja seepärast tuleb karistus ning on selleks valmis.	Süütunne, mis põhjendab karistust.	*Kallis laps! Ilmas ei ole süüd, on vead, millest õpitakse. Aga see, kes tunneb süüd ja peab loomulikuks karistust, mõtleb valesti. Anna andeks, et sa võtsid minu arusaama, aga õpi ikka ja jälle minu vigadest!*

Vaimu tee	Stresside teke	Andekspalumine, mille ema jättis tegemata
Raske ja libe pind taldade all valgustab teda altpoolt, kuid ta ei süvene selle mõistmiseks kuna näeb uut ukseläve. See on ilusam esimesest. Ligitõmbav eesmärk ajab ta mõtlemise ja loogika sassi ning ta tormab uue läve suunas.	Kui on midagi väga ligitõmbavat, siis kaotab mõtlemisvõime ja loogika.	*Kallis laps! Sa võid kaotada pea, kui vaimusud välisest ilust. Õpi sellest. Mina armastan sind.*
Suur võidurõõm lävel seismisest segab märkamast, et väike must keha upub tugeva vaimu sisse ära.	Võidurõõmus olles jätab tähtsad asjad märkamata.	*Kallis laps! Võidurõõm takistab sul nägemast asja tegelikku olemust. Keha ja vaim peavad olema teineteise väärilised. Anna andeks võidurõõmule, mis segab sind nägemast. Õpi sellest!*
Näeb ema rõõmu (omav praktiline rõõm - laps tuleb abiks) ja isa rõõmu (hingeline - tunneb rõõmu oma mehelikkuse üle).		*Kallis laps! Anna andeks, et ma ei osanud sind puhta armastusega armastada vaid ihkasin sind elus abiks. Õpi minu vigadest.*
Laps võtab mõlema suhtumist endasse sihituna ja rõõmustab ise nii, et jälle ei märka isa rinnast suuremaks kerkivat musta haava.	Enda rõõm suleb silmad teise sõnatu hingevalu ees.	*Kallis laps! Sa ei näe oma rõõmus isa hingevalu. Isapoolsed vanemad ei ole osanud isale armastustundeid nii anda, et tal oleks hingerahu. Anname neile andeks. Õpi sellest!*
Vanemate rõõm teadmisest, et laps on tulemas, kasvab ja teeb elu valgeks, aga nad ei oska lapse poole pöörduda. Nende rõõm on lapsest mööda. Last ei osata näha endasugusena.	Tähelepanu ja armastuse vajadus.	*Kallis laps! Anna andeks, et me ei ole osanud sind märgata ja sinule öelda - me armastame sind. Sina oled vaim ja me ei oska sind näha. Sina seda ei teadnud. Õpi nüüd!*
Laps näeb, et teda ja ta vanemaid eraldab must kuristik. Ta hing karjub vanemate poole, aga nad ei kuule ja ei oska aidata, kuna nad ei oska ka teineteist hingehädades aidata.	Teadmine, et vanemaid ja teda eraldab must kuristik ja vanemad ei kuula teda.	*Kallis laps! Anna andeks, et meid ümbritseb must kuristik ja et meie selle oma oskamatusega oleme teinud. Me ei oska oma elu õigesti korraldada ega teineteist hingehädas aidata. Aga sina õpi meie vigadest. Me armastame sind.*

Vaimu tee	Stresside teke	Andekspalumine, mille ema jättis tegemata
Tekib lõplik sidemete katkemise tunne vanematega, kuna ta ei mõista vanemate majandusmuresid.	Sidemete katkemise tunne vanematega. Ei oska mõista teiste majandusmuresid.	*Kallis Laps! Anna andeks, et me oma majandusmuredega sulle halba teeme. Sina ei tea veel, mis need on, sina alles tuled elu õppima. Need mured on praeguse aja inimestel suured ja väljapääsmatuse tunne murrab meid. Anna andeks, et me sind mõista ei ole osanud ega pole aimanudki, et sul on probleemid.*
4. rasedusnädala alguseks kujuneb suur edasipääsmatuse tunne, kuna must hirmutav kuristik on ees. Mõtleb välja variandi, kus suur hele särav vaim jätab oma väikese musta keha maha ja keha saab musta kuristiku taustal mustana märkamatult üle hiilida. See on vaimu alatu võte, et ise vabanenult hõljuda raskusest üle.	Vaimu ületähtsustamine teadvustamata, et füüsilisele inimesele on vajalik ka tugev keha.	*Kallis Laps! See, et sa väljapääsu otsid, on õige, aga sa leidsid vale väljapääsu. Keha ja vaim peavad olema teineteise väärilised. Võta seda mõistusega, siis leiad väljapääsu. Vaim tõuseb keha kogemustest, aga kui vaim tahab eraldi tõusta, siis inimesena seda ei saa ega tohi. Õpi sellest. Anna endale andeks, et olid keha vastu alatu, ta ju armastab sind. Palu kehalt andeks see alatu käitumine.*
Pärast kuristikku ühineb vaim kehaga, aga see keha on juba nagu vana mees, kellel on kivimüür nimmepiirkonnas ja kes teab, et see müür on karistus, mis on loomulik ja õigustatud ning kedagi ei ole süüdistada.	Peab karistust loomulikuks, ei mõista, et valele teole tuleb karistus nagunii.	*Kallis Laps! Inimene teeb vigu ja vigadest õpitakse. Õpi sinagi. Ära pea end süüdlaseks, kes vajab karistamist. Ei ole vaja eraldi karistust, see on niigi tagajärg.*
6. rasedusnädalal tekib suur rõõm - teadmine, et vanemad teda sellisena tahavad. Tegelikult oli vanematel suur õnnestumine, aga laps võttis seda rõõmu endasse suunatuna. Ta nägi, et Jumal aitas tema vanemaid, et nad saaksid teda aidata ilma sündida.	Oskus teistega koos rõõmustada. (Endal tekkinud õige järeldus)	*Kallis Laps! Kui hea, et sa õigesti tundsid ja nägid. Rõõmusta alati hea üle ja võta see tunne enda südamesse, siis oled tugev.*

Vaimu tee	Stresside teke	Andekspalumine, mille ema jättis tegemata
Raseduse viimasel kuul hakkavad ema hirmud sünnitamise ees tema rõõmu varjutama, aga ta lükkab ema hirmud endast ära. Ego kasvab.	Enda nõrkuse tunnetamine ja seetõttu teiste hirmude ja murede endast äralükkamine.	*Kallis Laps! Anna andeks, et ma tunnen hirmu sinu sünnitamise ees, aga ma olen lihtne naine, kes muud ei mõista. Sina oled tark, aita ennast ise, sa saad seda, ma tean. Mina armastan sind. Ootan. Tule! Kõik on korras.*
Otsustab ema-isa probleemide eest ära joosta, kuna kardab, et need ta hävitavad.	Soov halva eest ära joosta.	*Kallis Laps! Hirmujalad on alati pikemad. Anna hirmule andeks, siis ta saab maha jääda. Õpi sellest.*
Jõuab sünnituse väravateni, aga värav on kinni. Ta ei mõista, et jõudis liiga kiiresti ja raputab väravat, palju ei julge.	Ei oska enda saavutusi teiste omaga alati kohandada. Argus = hirm.	*Kallis Laps! Kui midagi saavutad, siis kohanda seda teistega, võib-olla, et sa jõuad teistest erineval ajal valmis. Säilita rahu. Kui tuleb hirm, anna talle andeks, siis on kõik korras. Mina armastan sind.*
Solvub, kuna värav ei reageeri ja hakkab jalgadega trampima ning hüsteeritsema.	Solvumine, oma negatiivsuse kuhjumise hüsteeriana väljaelamine.	*Kallis laps! Solvumine teeb haigeks - tekitab nohu. Kui sa oma stresse kuhjad, siis on väljaelamine palju raskem. Anna kohe andeks, siis on kergem.*
Kui uuesti märkama hakkab, siis väravat enam ees ei ole ja tal tekib segadus nagu takistust polekski olnud.	Tunne, et ta on eksinud.	*Kallis laps! Anna eksimisele andeks, siis ta teine kord ei tule.*
Tunneb oma käitumisest süüd, see tekitab hirmu, et tuleb karistus ja tark vaim lahkub jälle ning saadab keha kahjurõõmsalt sünnituskanalisse karistust kandma.	Saab oma vigadest aru ja tunneb süütunnet. Keha ohvriks toomine.	*Kallis laps! Vead on õppimiseks. Kes süütunde endasse võtab, kaotab hingerahu, sellel tekib hirm ja vajadus lunastada. Kuid ohvriks olemine ei tee kellelegi head, ainult halba. Anna valedele mõtetele andeks. Ma armastan sind.*
Kui keha on jõudnud kitsast kohast läbi, siis vaim tuleb tagasi, ise väga võidurõõmus.	Õigustamata võidurõõm.	*Kallis laps! Rõõm on hea aga võidurõõm võib halb olla, kui sa valesti mõtled. Õpi sellest.*

Vaimu tee	Stresside teke	Andekspalumine, mille ema jättis tegemata
Ämmaemand oli loomult murelik. Võiduröömus vaim, kes kehast ei hooli, näeb seda ja tal tekib põlgus murelike ja murelikkuse vastu.	Põlgus murelikkuse vastu.	*Kallis laps! Igaühel on õigus olla selline nagu ta on. Põlata kedagi tähendab halba teha. Tuleb vaadata iseennast ja kui midagi on sinu jaoks ebameeldivat, olgu see või murelikkus, siis tuleb sellele andeks anda, et see ei tuleks sinusse. Ma armastan sind.*
Ema rõõmustab, et pääses vaevast.		*Kallis laps! Anna andeks, et ma ei osanud sind märgata ja et ma oma vaevade lõppemise üle rõõmustasin.*
Ema ahastus jääb juba väljapoole sünnistressi.		

Selle noormehe stressid said lahti harutatud ja et esitada ka tervendamise protsessi teise osapoole poolt nähtavat ning tunnetatavat, olgu siinkohal toodud sama noormehe kiri minule.

Olen sündinud seljaaju kahjustusega, mille tagajärjeks on poolhalvatud jalad, verevarustuse, lümfi- ja närvitalitluse häired jalgadel, raskesti paranevad haavandid. Kokkuvõttes tähendab see, et mul on tulnud väikesest peale end pidevalt ravida. Alul ametliku meditsiini abil, aga paraku eriliste tulemusteta. Nii tuli hakata otsima nende inimeste nõu ja abi, keda rahvas kutsub sensitiivideks, ravijateks, nõidadeks jne. Häda ajas. Elu on kokku viinud mõnegagi neist ja minul on võimalus mõelda nende peale eeskätt tänutundega - kõik nad on siiralt püüdnud mind aidata, igaüks nii nagu on suutnud. Minus aga on vaikselt kasvanud teadmine, et mind saab küll ilmselt üsna palju aidata, aga kunagi ei saa keegi kõike minu eest lõplikult ära teha. Ja et hädad ei kao enne, kui toimuvad muutused minu teadvuses, kui kasvab arusaamine asjadest minus eneses. Kuidas saada lahti hädast, kui ei tea põhjust? Kuidas aidata iseennast, kui avastan, et olen enesele üsna võõras ega mõista, mis sisimas toimub? Kust asjad alguse saavad? Kus olen teinud ja teen vigu? Mind püütakse kogu hingest aidata, aga mina ei parane - miks? Neid mikse kogus terve koorem ja nad muutusid kaunikesti tungivateks.

Mäletan oma hämmingut ja joovastavat kergendust koorma liikuma hakkamise tundest, kui tulin Luule Viilma juurest, taskus paberileht, kus

kirjas minu eelmisest siinilmas viibimisest kaasa toodud stressid. Kust on pärit üks või teine minu iseloomujoontest? Miks mul on valus, kui näen lagendikul kasvavat üksikut puud? Ma ei olnud osanud enda käest nii küsida, ma ei olnud osanud oodata ka vastuseid, mida neile küsimustele sain. Aga ma tundsin, et need sidemed on olemas ja ma tundsin ära valu, mis nad mulle teinud olid. Raviks oli määratud andeksand. Ma tundsin sisimas, et ravi on õige, aga seda järgida polnudki kerge, nii lihtsat asja ei osanud äkki! Et probleemid olid ammused, püüdsin mitte lähtuda enesest, vaid andestust leida ja andeks anda palves. Pikkamisi läks see kergemaks. Pikkamisi andis järele ka valu.

Kui jõudsime sünnistressi vabastamiseni, samad tunded kordusid, ainult võimsamalt. Mäletan, et selle toimingu käigus kippusid silmad aeg-ajalt vett täis valguma. Küllap olid need iseenese äratundmised räägitus. Kui sain sel õhtul lõpuks voodisse ja endaga üksi olla, tundsin, nagu oleks mu keha mulle tagasi kingitud. Seda tunnet on raske kirjeldada - ma ei olnud oma keha seni niisugusena tajunud. Nii oma, nii lähedal, nii ELAV! See oli peaaegu haiget tegev rõõm, aga mõneti ka šokk, sest sellega kaasnes teadmine senisest lahusolust. Justnagu oleks minu ja mu keha, st. kuju, millega ma maailmas ringi liigun, vahel seisnud sein. Kas suudate ette kujutada rõõmu, mis tekib, kui saate iseendale sammukese lähemale? Seekord ei olnud mul raske töötada märkmetega stressidest, kõik läks hõlpsamalt. Mõne päeva pärast hakkasin oma seni endast enamasti vaid valuga märku andnud selgroos tundma soojust ja liikumist seal oleva operatsiooniarmi kohal. Läks pisut aega ja põletikulisest haavast kahjustatud luu hakkas ilmutama paranemise märke. Olen kinnitanud oma kehale, et ei taha nagu hoolimatu võõras mõistmatusest teha talle halba. Olen palunud, et ta õpetaks mulle, mida ta minult ootab ja annaks märku oma vajadustest. Tasapisi nii lähebki. Usun, et olen lahti saamas suitsetamisest, mille maha jätmisega seni hakkama ei saanud. Keha osutub minust targemaks - ta lihtsalt reageerib sigarettidele jälkustundega, andes nii mulle piisavalt selgelt, teravaltki mõista ja tunda, mida asjast arvab. Kui kohtusin sünnistressist vabanemise järel uuesti emaga, teatas ta mõne päeva pärast, et tal oleks kui hea haldjas kallal - kergem on elada. Mulle tundub, et mu vend ja ema hakkasid sest peale teineteist rohkem hoidma. Ja mulle näib, et inimesed, keda ise kohtasin, naeratasid mulle senisest rohkem.

Järgmise etapina olen pidanud kohtuma hirmudega, mis mus peidus. Siingi on olnud üllatusi, aga seegi kord olen tajunud neid ja nende toimet oma käitumises, oma kehas. Just hirmudega töötades olen tundnud, kui

väga ootab mu keha oma haigete kohtadega minult kinnitust, et armastan teda. Niiväga, et mul tekkis hirm, kas tulen toime. Palusin oma kehale (kehasse) armastust ja nii korduvalt. Kuni tohtisin ühel hommikul ärgates FÜÜSILISELT TUNDA seda, mida olin aastaid teadnud ja uskunud - et Jumal tõepoolest on armastus, armastus aga tõde ja vääramatu jõud, millesse vaibub ja sumbub mõttetuna kõik negatiivne, kõik halb; - et inimeseks sündinu ainus ja viimne võimalus ongi armastada. (Ka seda väga isiklikku kogemust füüsilise aistingu tasandil on väga raske lahti seletada, aga loodan, et mu jutt ei jää vaid õõnsaks sõnamulinaks!) Mu keha oli end seesmiselt sirgu ajanud, rahulik, väärikas ja rõõmus ning kinkis mulle tervituseks teadmise, et kui ma vaid suudan äsjakogetud tõest kinni, st. end sellele avatuna hoida, ei saa minuga minna halvasti. Nii ongi - kui vaid suudan... Aga isegi kui tee on pikk, ei saa ju tõde teades kaotada.

Lõpetuseks mõtlesin, mida tähendab mulle selle jutu paberile panek. Vist eeskätt nende heade kogemuste sõnadesse vormimist, mida pole võimalik märkamata jätta või eirata. See tähendab muutuste ja nende võimalikkuse jaatamist endas - võimalust iseennast jaatada!

AITÄHH!!!

Hirmude hirm:
Hirm, et *mind ei armastata.*

Materialism andis inimkonnale naise valitsemise õppetunni. Valitsemine on negatiivsus. Et elu oleks korras, peavad füüsiline ja vaimne maailm olema 1:1 tasakaalus.

Kõige esmane elu külg on **õige mõtlemine**, sellele järgneb **õige hingamine** ja **õige toitumine** ning **õige liikumine**. Inimene, kes õigesti mõtleb, teeb kõike järgnevat loomulikult õigesti.

Kõigel on polaarsus ehk kaks külge. Ja mõtlemiseski on kaks külge - üks on loogiline ehk ratsionaalne ja teine tunde ehk intuitiivne külg. Needki peavad olema 1:1 tasakaalus, toetamas teineteist vastavalt vajadusele ja olukorrale.

Mees on mõistus - pea, naine on tunded - kael. Kui naine unustab, et tema ei ole pea, vaid kael, kui ta unustab, et ta ei ole mõistus, vaid tunded, kui ta unustab olla õnnelik, et tema suudab meest oma armastuse jõul lendama panna ja tahab ise valitsema hakata, siis on ta rikkunud Jumalikke seadusi. Inimesel on tarvis teada, et kui ta tahab valitseda, siis tulgu ellu mehena, aga kui ta on tulnud naisena, siis järelikult oli nii talle vajalik.

Me tuleme siia ellu oma vaimu vabal valikul ja kui me nüüd selle valiku üle nuriseme, siis lõhume seda, mida oleme ehitama tulnud ja pärast seisame rusuhunnikul.

Sellest hetkest kui naine hakkas tahtma valitseda, toimus suguelu kvalitatiivne muutus - laste sigitamine muutus seksimiseks. Vaimude ühtimine armastuses, mille kulminatsioonina järgneb füüsiline suhe, on muutunud seksuaalakti pooside otsimiseks, et kirge üles piitsutada. Mees õhutab seksuaalakti tehnika tõusu, paraku teadvustamata, et naudingu alus on ikka vaid hingeline armastus. Kui sellises ühtes sigitatakse laps, siis tal on armastuse puuduse stress.

Tõelised armastajad ei leiuta poose, need tulevad iseenesest. neid ei sega hirm, et *mind ei armastata.*

Ometi igatsevad nii naine kui mees millestki imepärasest, mille lootuses nad ikka ja jälle ühtuvad, teadvustamata oma hinge igatsust. Ennastunustav hetk on nauding. Seega inimene püüab unustada ennast, oma reaalsust - unustada oma stresse kui ahelaid. Unustamine on enesepettus. Parem vabastage stress.

Hirm, et *mind ei armastata* on suurim hirm, sest ilma armastuseta ei ole ka vaimul elu.

Füüsilise keha surm on loomulik. Vaim elab edasi ja reinkarneerub uuesti.

Armastuse häving on vaimu häving.

Armastuse häving on hullem surmast.

Sellise hirmuga inimene muutub kannuste teenijaks, orjameelseks, peaasi, et keegi armastaks. Aga kuna tal on stress - ta peab saama ju tunda, et teda ei armastata, siis teda teenetele vaatamata ei armastata. Teda kasutatakse ära, pärast tõugatakse eemale. Ta ei suuda mõista, miks talle haiget tehti, sest hirm, et *mind ei armastata* blokeerib tema arukuse.

Paljud inimesed nutavad ja kurdavad pettunult kui palju nad teistele head on teinud, aga lõpuks teine ikka tõukab ta endast ära. Pidigi tõukama, sest orja ei armastata. Orjal on ju hirm, et teda ei armastata ja see hirm vajab, et saaks aina uuesti tunda, et teda ei armastata - nii käib õppimine elus. Ärge otsige süüd teistes, vabastage oma hirm.

Tänapäeva naine teeb kolm põhimõttelist viga:

1. Laps sigitatakse. Ta tuleb vaimus oma elu ukselävele ja näeb negatiivsust ning võtab seda kui suhtumist endasse. Vanemate elu-olustikulised probleemid on matnud armastuse. Laps näeb seda. Ta seisab, ootab, aga kuna emas ei ole enam lapse loomise ürginstinkti, seega ka avatud armastust lapse vastu, siis laps võtab endasse teadmise, et *mind ei armastata*.

2. See stress kinnistub sünituse ajal. Ema hirm tekitab spasmi sünnitusteedes ja lapse kehas. Selle asemel, et mõnusalt liuelda läbi armastava emakoja, tuleb laps nagu läbi rullimis-masina, vigastades ennast ja ema. Kas armastaja teeb teisele haiget? Ei tee! Laps arvab samuti. Tema ema tegi, järelikult ei armasta.

3. Laps sünnib ja ootab kohe oma ema armastust. Ühtesulamise vajadus on ääretult suur. Ema ei tea seda ja heal juhul on ta õnnelik, et laps sündis. Kohe järgneb hirmunud küsimus: *"Kas tal on kõik korras? Kas ma olen terve?"* See suurte

silmadega hirm on kõige kiirem pärale jõudma. Juba võtab ämmaemand käärid ja lõikab läbi nabanööri. Nii lõigati läbi viimane lootus saada emaga üksolemise armastust ja lapsesse kinnistus hirm, et *mind ei armastata.*

Ema võib tõestada kogu maailmale kuidas ta last armastab ja kogu maailm usub, sest ema tunne on siiras. **Aga lapsel on hirm**. Enne, kui ema andekspalumisega seda stressiahelat ei katkesta, ei saa laps vabaks ja emalgi on seletamatu süütunne.

Kui ema eitab süütunnet, sest tema ei usu seda temale vaenulikku muinasjuttu, siis kannab ta ikkagi seda endas ja stress ootab aega, kogub jõudu, et välja murda. Haige ja närviline laps on ema vigade tagajärg.

Nii mõnigi ema läheb nuttes sõbrannadele kurtma - *oh mina vaene õnnetu, mind süüdistati, et ma last ei armasta, seepärast on laps haige.*

Vaatan vahel sellist ema ja näen, et tema 3-aastane laps saab mu jutust aru, aga ema mitte. Kui inimene tahab mõista, siis ta mõistab. Kui ei taha, siis leiab süüdlase, kes talle haiget tegi. Kui see ainult häda ära võtaks.

Hirm, et *mind ei armastata*, on XX sajandi lõpus saavutanud maksimaalse võimsuse.

Põhimõtteliselt - kui laps sündides ei kanna kaela, ei tõsta pead ja ei fikseeri silmadega ema silmi, siis tal on hirmu stress.

Järelikult peaksid kõik tänapäeva emad oma lastelt enda tehtud kolm põhiviga andeks paluma, endale andeks andma ja oma kehalt andeks paluma. Ja lapsed peaksid oma emadele nende vead andestama.

Naine on tunded, aga ärge unustage, et naisel on ka mõistus. Mees on mõistus, aga, uskuge, mehel on ka tunded.

Armastuse kadumise hirmus on inimkond kaotanud reaalsustaju. Naised hädaldavad, süüdistavad: "*Mees ei armasta mind.*" Nad mõtlevad välja kõikvõimalike trikke, et meest ligi tõmmata - tujud, soovid, nõudmised, etteheited, abitus ja haigestuvad ainult soovist hoida meest ohjas. Kõik see viib neuroosini, mille esimeseks väljenduseks on peavalud. Mehed löövad nördinult või vihaselt käega ja parem vaikivad. Kuni kannatus katkeb. Mõlemal on sarnane lähenemisviis: "*Miks ta ei ole nii nagu mina?*"

Probleemi põhjustab mõistmatus. Aga mõista ei suuda inimene, kelle ajusid (nii tunde kui mõistuse poolt) blokeerib hirm, et *mind ei armastata*. **Kõik** vaevused peas, kaelas, õlgades, kätes on alguse saanud sellest hirmust. Ainult et enamik inimesi eitab seda, kardab nõrk olla. Inimene ei ole teadlik

missugust hävitustööd võib stress teha. Kes vähegi loogilisse mõtisklusse laskub see tunneb, et temas on see hirm ja see piitsutab teda ebaloogiliselt käituma.

Andke sellele hirmule andeks, et ta Teisse on tulnud. Andke endale andeks, et Te olete ta endasse võtnud. Paluge kehalt andeks, et kehale olete sellega halba teinud. Ja paluge oma abikaasalt andeks, et olete teda selle stressiga iseendast blokeerinud.

Kui inimeses on hirm, et mind ei armastata, siis on ta endale hirmuseina ette ehitanud ja nutab ja süüdistab, et teda ei armastata, aga teine ei pääse oma armastust talle kuidagi andma. Kui teine on pehme loomuga, siis ta vajub süüdistuste koorma all kokku. Kui on võitleja loomuga, siis üritab, kuulab alusetuid süüdistusi, üritab veel ja siis saab tigedaks. Kui teisel on omakorda stress: "*Ma ei ole armastust väärt*," siis on olukord veel keerulisem - need on hingelt järjest kaugenevad inimesed.

Mõni ema süüdistab eluaeg meest ja lapsi, et need teda ei armasta. On õnnetu, et kõik temast eemale hoiavad. Mees ja lapsed on õnnetud, et ema ei usu nende armastust. Selles peres on suletud ring ja üksteise hävitamine. Sageli on kangekaelne mõistmatus nii suur, et jääb üle ainult lahkuminek. Ja nii kõnnivad haavatud hingega inimesed igaüks oma teed, leidmata õnne, sest nende stress takistab seda. Ometi on ju väljapääs.

Inimene, kellel on hirm, et *teda ei armastata*, tahab ennast näha heana ja väärtuslikuna, et alateadlikult olla armastatud. See vajadus on nii arutult võimas, et sunnib inimest teisi alandama, et ainult ise parem ehk kõrgem välja näha. Nad hävitavad oma hirmust väljakasvanud vihaga ka kõige kallimat, sest nende aju on võimetu loogiliselt mõtlema. Nad loovad usalduslikud sidemed nendega, kes neil teisi inimesi mustata aitavad, samal ajal põlates endasarnast. Selline raske ja kurb probleem on tihti vanadel naistel. Nad panevad kannatama oma lapsed ja lähedased aga ise kannatavad veel hullemini. Kui inimene on hirme täis ja muutub agressiivseks, siis ei anna see talle õigust teistele haiget teha. Kui teeb, siis kannatab ise topelt.

Laps, andke andeks oma vanaemale, et ta Teie emale armastust hinge ei andnud. Andke andeks ka oma emale, et ta ei mõista oma õnnetust. Andke endale andeks, et endasse lasete solvumise, abitusetunde, tunde, et ema Teid ei armasta, ahastuse, mis sunnib emast eemalduma. Ema on Teie enda valitud ja see on Teie valus õppetund.

Nüüd on Teie enda teha, kas Te muutute õelaks inimeseks, sest võtsite hinge tunde, et ema Teid ei armasta või vabastate end stressist. Kui Te

mõistate, et Teie ema on muutunud hirmust arutuks, tegelikult on ta aga hea, siis saate teda armastada.

Vaadake ema kui ainult inimest, kes teeb vigu. Samamoodi käitub ülemus, kellel on hirm, et teda ei armastata. Ta muutub despoodiks ja hakkab teisi hävitama, sest tal on vajadus olla üle ehk olla parem, et teda armastataks. Ta ei teadvusta seda endale, isegi eitab.

Ainult vaba inimene on armastav ja julge. Iga vaimu igatsus on tõusta. Vangis olev vaim ei oska õigesti tõusta - ta hakkab purustama hirmu ahelaid, võitleb ja jääb alla, sest ei tea, et hirm tuleb vabadusse lasta.

Kui sellisel ülemusel on alluv, kellel on samuti hirm, et *teda ei armastata*, siis ta püüab kõigest väest ülemuse armastust ära teenida mõistmata, et oma hirmuga ajab ta ülemuse raevu.

Kui seal asutuses on veel keskastme juht, siis tema on eriti raskes seisundis. Tema hirm teeb ta nii ülemuse kui alluvate orjaks, sest iga vaim vajab võimalikult palju armastust - hirm piitsutab.

Praeguse aja *mõistlikud* heasoovlikud inimesed, tahtes *puudujääke* likvideerida, hakkavad end jõuga muutma vastavalt vastassoole:

- naised - mõistlikumaks, seega mehelikumaks,
- mehed - tundelisemaks, seega naiselikumaks.

Nii hakatakse võimutsema iseenda üle, aga see teeb päikesepõimiku haigeks. Iseenda sundimisest tuleneb haavandtõbi, tige iseenda sundimine põhjustab maovähki.

Väljapääs oleks - vabastada oma stress, siis saab minusse tulla see armastus, mida ma vajan. Nähtamatus on täis vaimujõude - meil kõigil on õpetajad, abistajad, kaitseinglid. Vabastades stressi teeme me endasse ruumi hea ligipääsemiseks. Me saame selle mida väärime. Ja üllatusega avastame, et mind armastatakse.

Nii naine kui mees **vajavad** vastaspoolt. Väga vajavad, sest üha enam vajab inimene täiuslikust, ise seda endale teadvustamata. Mis on täiuslikkus? See on pere = naine + mees. Kuna hirm, et *mind ei armastata* ja sellest tulenev teineteise mittemõistmine blokeerivad normaalse ühinemise, siis tekitab see pettumuse, sest teine ei võtnud siirast soovi vastu. Järgneb ahastus, püüd olukorda parandada, uus pettumus, hirm tuleviku ees, viha, soov alandada, soov kätte maksta jne.

Ja silmipimestav armukadedus. Tekib lahinguväli, kus võitjaid ei ole.

Näiliselt on üle mees, temal on suur rusikas ja kõva hääl, mida naine iseenesest ju mehes jumaldab. Mees arvab, et naine kardab teda ja kasvab hirmuvalitsejaks.

Mees! Endale teadvustamata jumaldate Te naiste füüsilist nõrkust ja tugevaid tundeid. Oma jõuga olete Te üle, aga tunnetega mitte kunagi. Te vajate naist, et tugevam olla. See mees, kes käe kasvõi mõttes naise vastu tõstab on nõrgaks jäänud ja tema tee kulgeb allakäigu spiraalil.

Naine! Selle asemel, et muutuda tundetumaks ja füüsiliselt masinlikuks, andke oma mehele andeks, et ta ei taipa oma hirmu vabastada ja andke vabaks ka oma hirm. Siis ei ole Teie mehel tarvidust minna *õiget naist otsima*, ta leiab selle äkki ootamatult kodust. Naine, kes vabastab oma armastuse hirmu valitsuse alt, tõmbab oma armastusega meest alati ligi. Ainult armastus tõmbab armastust ligi. Mingi tingimus ega nõudmine seda ei tee. Ei aita, et olete ilus, truu, korralik, puhas, tark, hoolitsev jne. Te ju vajate, et mees armastaks. Armastage siis ise ja avage ennast, et Teid võiks ja saaks armastada. Siis ei pea Te ise oma hirmu müüri taga nutma, et Teid ei armastata ega meest süüdistama.

See kes oma valitsemiskirge jätta ei taha ja kangekaelselt näitab näpuga - *aga miks mina, miks tema ei või?* - see saab lõpuks selle mida vajab - lõhkise küna. Pidev mehe süüdistamine tekitab viha, kadeduse ja pahasoovlikkuse, mis tekitavad hävingu - rinnavähi.

Kui inimeses on hirm, et *mind ei armastata*, siis ta kriitikameel kaob. Ta näeb teist kui rivaali, kellel on midagi paremat ja kes võib tema väärtust alandada. Aga *alandatut ju ei armastata*. Edukas naabrimees või kaunis naine ohustavad - ja ongi tekkinud kadeduse võimukad jõud klatšist jala ettepanekuni, sest hirm on blokeerinud kadeda arukuse. *Teine olgu sama hea kui mina, aga mitte parem*. Arutu võimuvõitlus ei vali vahendeid.

Ütlemata tore on näidata suuremeelsust endast viletsamate suhtes, et siis ennast sellega reklaamida. Ja on solvav, kui see vilets minu heategu vääriliselt ei hinda ning selle hoopis välja naerab.

Kui minus ei ole hirmu, et *mind ei armastata*, siis:

- annan ma ära väärtusliku asja, mitte näru,
- siis ma ei oota tänu, mind armastatakse,
- saaja on tänulik ka pisiasja üle - selles on minu armastus.

Kui võitlevad vastaspooled lakkaksid tahtmast muuta teist samasuguseks *kui mina*, kui nad õpiksid **rõõmu tundma** sellest, et ta **ei ole samasugune**

kui mina, aga ma olen õnnelik, et saan talle anda seda, mis minul on, siis oleks nauding täielik. Naine ja mees on loodud teineteist täiendama.

Kes nõuab, sellele ei anta.

Kes ei anna, see jääb ise ilma.

Sellest, mis sa minult ära võtad, jääd ise ilma.

Noored suudavad nautida, sest nad ei upu veel stressidesse. Tuletage igaüks meelde oma noorusearmastust.

Noorus on hukka läinud, öeldakse. Ei ole. Aga noorte vaimud näevad juba lapsena, mida teeb hirm, et *mind ei armastata*. See kasvatab läbitungimatu seina isa ja ema vahele, kes peaksid olema igavesti lahutamatu tervik. Valuliselt tormavad nad armastuse sisse, et sedagi vähest püüda. Et mäletada naudingut, mis tegi ta tõeliseks inimeseks.

Kui väike poiss ja tüdruk teineteist saunas avastavad ja teadmisjanust siiras uudishimus vaatavad, on emadel kohe: "*Häbi! Häbi!*"

Häbeneda tuleb tegemist, mitte olemist.

Ema peab häbi tundma, et ta enne ei ole oma lapsele rääkinud, et naised ja mehed on erinevate sootunnustega. Ja et see on õnn, mida tuleb õigesti mõista ja hoida. See õnn on kohustus käituda ja elada vastavalt naisena või mehena. Tugevam saab tugevamaks kui ta toetab nõrgemat - mees naist füüsiliselt, naine meest hingeliselt.

Meessugu veel teab, mis tähendab mees olla - väikesest poisist vana ätini tunnevad nad veel rõõmu *nõrga* naisterahva toetamisest. Aga tugeva hingejõuga naissugu peab praegu küll häbiga silmad maha lööma - naise materiaalne saamahimu on naise hingeliselt pimedaks teinud. Naised märkavad pahandada kui mees teda ette ei lase, kohta ei loovuta. See on võimutsev *MUL ON ÕIGUS!* Vaadake, riikliku seadusega võib õiguse kirja panna, aga eluõiguse võidab südamest tulev seadus.

Kui ma näen noore haige mehe kustunud silmi ja kahvatut nägu, mis õigus on mul, tervel naisel, nõuda, et ta mulle koha loovutaks? Aga ta tahab loovutada, sest tema sees on olemas mehe rüütellik loomus.

Noormees võib rõõmuga koha anda naisele, kes seda pakkumist viisakalt tagasi tõrjub. Sealsamas ei anna sama noormees trotslikult kohta torisevale mammile. Miks? Kas see ei ole küllalt selge - see torisev ju tahab toriseda. Kui talle koht anda, siis ta ei saa seda teha.

Seega - muutke ennast siis muutub suhtumine Teisse.

Tänapäeva laps, kes ei ole kodust armastust saanud, jookseb seda esimesel võimalusel otsima. Paraku, ka lastes on hirm, et *mind ei armastata* eriti suur. Seda näitab laste käitumine, õppeedukus, närvilisus, sagedased haigused. Mida rohkem laps sellesse otsimise pöörisesse sukeldub, seda rohkem põhja ta tiritakse.

Vaim teab, mida ta vajab ja noor vaim on eriti tundlik, aga tema mõistus ei oska seda endale teadvustada. Ta vajab, et teda mõistetaks ja lõpuks leiab selle mõistja omasoolise hulgast. Tekivad homoseksuaalsed suhted, mis võivad pikalt rahuldust pakkuda, ometi ei ole see Jumalik täius ega ühendus.

Kui naine ja naine ühendavad oma tugevad tunded ja nõrgad füüsised, siis hakkavad tunded varsti tuld lööma. Üks peab neist mehestuma või ühendus puruneb. See võib õnnestuda vaid näiliselt. Soo muutmine on enesepettus.

Kui mees ja mees ühendavad oma nõrgad tunded ja tugevad füüsised, siis ühendus kestab kauem, sest tunded kokku on tugevamad ja näiline hingerahu püsib kauem. Aga füüsis kannatab rohkem, sest kehas peab iga organ täitma endale ettenähtud funktsiooni.

Ikka hõõgub nagu tuli tuha all HIRM, ET ***MIND EI ARMASTATA*** ja teeb oma hävitustööd.

Ainult vaimus tugevad ja vabad ei karda, sest nende juures on armastus.

Kes häbeneb tunnistada endale seda hirmu, kardab nõrk olla, selle stress ajapikku murrab nagu vulkaan pinnale. Noored häbenevad mõistmata, et häbenemine on *hirm tunnistada oma tõelist olemust.*

Hirm, et *mind ei armastata* toimib naistesse ja meestesse mõnevõrra erinevalt. Tütarlaps oma suurte kuid keerukate tunnetega ja tahtega valitseda, hakkab armastust vajades seda nõudma või ära teenima. Ta muutub kas pailapseks, kes kiituse ära teenib või trotslikuks ja kapriisseks, kui hirm hakkab üle piiride kasvama. Poiss tahab armastust takistava kõrvaldada - ta hakkab rabelema ja võitlema, et armastust kätte saada. Stressi kuhjudes toimub vastupidine muutus - tüdruk muutub agressiivseks, poiss apaatseks või üleolevaks, st. hakkab probleemi eitama, et mitte arg välja näha.

Elu jooksul tunded summeeruvad ja vanad naised ning mehed on juba väga erinevad.

7 x 7 eluaasta möödudes algab uuesti lapseiga, sellega on seletatav

selles vanuses meeste siirus. Nad ei eita oma hirmu, et *mind ei armastata.*

Jumalariigis on peaks loodud mees. Ilma stressideta mees on väga hea juht, teised alluvad talle rõõmuga. Kui juhil on armastav naine, siis ta tõstab meest ka ametiredelil. Kui naine valitseb, siis ainult armastusega saab ta õige tulemuse. Kui naine tahab mehelike võtetega valitseda, siis algab konflikt nii asutuses kui ka naise tervises ja samuti talle alluvate meeste tervises.

Mees peab täitma oma kohta elus. Kui ta seda ei tee, siis peab kannatama. Seepärast käib pidev võimuvõitlus naiste ja meeste vahel. Mees peab valitsema ja naine tahab valitseda. Mees ei tohi mitte valitseda ja naine ei tohi valitseda. See ei tähenda, et naine peab kodus istuma ja ainult lapsi kasvatama. Naine peab täitma **oma kohta elus**.

Naine, kes tahab valitseda, saab endale meeste haigused (näiteks nimme-ristluu radikuliit jm. alakeha haigused). Mees, kes pahameelega talub naiste valitsemist, saab samad haigused.

Väljapääs on olemas - vabastage endast hirm, et *mind ei armastata* ja Teie arukus vabaneb. Te avastate oma koha elus.

Inimene, kes sunnib end elama nii, et kõigile meeldida, hävitab ennast ja oma peret kõigepealt. Kes tööd tähtsamaks peab kui armastust, see kaotab armastuse. Töö ei ole armastus, aga armastus on töö...

Meenutan ühte väga deformeerunud luustikuga 13-aastast poissi, kellele ütlesin: "*Sa kardad oma isa nii väga, et luustik on sõlmes. Su peas on nii raske, sest seal on hirm, et sind ei armastata.*" Poiss, kelle suust pidi enne sõnu välja kiskuma, kes istus silmad maha löödud, vaatas järsku teravalt ja targalt mulle silma, võttis kätega peast kinni ja ahastav hingekarje tuli tema suust: "*Ja nemad ütlevad, et mul on puupea! Aga mul on nii paha.*"

Laps, anna andeks oma hirmule, et sind ei armastata ja su puupeast saab tark pea. Siiani on hirm takistanud sinu tarkust avanemast. Sinu luustik saab siis sirutuma hakata. Ja vanemad, selgub, armastavad. Neil on lihtsalt omad hirmud.

Samasugune reaktsioon laste ja noorte poolt on mulle igapäevane kogemus. Aga lapsed ja noored on tublid. Nemad ei küsi: "*Mina pole midagi halba teinud, misjaoks mina pean andestama? Teised peavad minult andeks paluma.*" Siiani pole ma ühtegi sellist noort kohanud, vanu aga näen tõrkumas pidevalt.

Aga täiskasvanute hirm, mida nad eitavad, on blokeerinud pea juhmiks.

Nii sunnitakse kohtus süüdimõistetut kannatanult andeks paluma ja kannatanu annab võidurõõmsalt andeks, peaasi, et oleksin teisest parem. Kas see on andestamine? Inimesed, püüdke mõista, et viha jääb vihaks ja suureneb veelgi kui võidurõõm teda alandab. Provokatsioon oli põhjus, kuritegu oli tagajärg. Õige on, et provokaator palub andeks ja süüdlane (tagajärg) annab andeks. Alles nüüd saab süüdlane andeks paluda, et ta käe tõstis.

Provokaator kasvatab teise hirmu. Hirm tekitab kasvades viha. Raevus inimene hävitab ennast ja teisi.

Tülis põletatakse oma negatiivset energiat, avatakse oma sisemust ja see on parem kui viha enda sisse kogumine, aga hingerahu ikka ei tule. Väline võit on teistele näitamiseks.

Kummaline on, et inimesed tegelevad massiliselt enesepettusega, ise seda mõistmata.

Tavalised enesepettuse liigid on:

1. **Unustamine.** Kujutage ette, et minusse on tulnud hirm, ta kinnitub päikesepõimikusse. Ma ei taha teda, ma kardan teda. Et mitte teda näha, tõmban ma tema musta sideme nagu niidi maja nurga taha suure kivi alla kinni. Ta seisab seal 1 aasta, 2 aastat, 10 aastat. Mina käin rõõmsalt ringi, jalgu ta mulle ei jää ja ma usun ise ka kui ütlen: *"Mul ei ole hirmu."* Aga kivi mureneb. Ühel päeval tuleb kass ja lööb sabaga - hirmu niit pääseb lahti ja annab mulle valusa hoobi, sest aastatega on niit kosunud nööriks.

2. **Enesesisendus.** Hirm on nagu hiir, mis kinnitub minu päikesepõimikusse oma pika musta sabaga. Ma sugereerin endale: *"Kõik on hästi ja aina paremaks läheb."* 10 korda, 100 korda, miljon korda. Nagu kuldsed viljaterad kogunevad nad suurde kuhilasse ja ma olen rõõmus. Kõik on ju hästi. Aga tema, see hiireke, muudkui teeb krõp-krõp-krõp. Ja ongi viimase kihini jõudnud ... Aga hiireke on kosunud, nüüd teda nii lihtsalt ei püüa.

3. **Musta valgeks rääkimine.** Muretsen, kahtlen, olen ebakindel, olen umbusklik, pelglik, kartlik, mul on kompleksid, õigustan oma kartusi, põhjendan ja otsin süüdlasi julgemata öelda: *"Mul on HIRM." Hirm* on jube sõna, nii jube, et parem petan ennast või eitan, peaasi, et ei tunnistaks endale.

4. **Eitamine.** Kõike, mida silmaga ei näe ja käega ei katsu, võib

eitada, **aga ta on olemas**. On see siis süütunne, hirm või viha - oma töö teeb ta vaatamata eitamisele.

Mida rohkem inimene materiaalsuses kinni on, seda rohkem ta enesepettusega tegeleb. Sööb hormoone, endal luud hõrenemisest murdumas ja õigustus keelel, aga hirmust rääkida ei taha. Hirm on blokeerinud neerupealised, inimene sööb hormoone ja tunneb hirmu, mis need tabletid talle tekitada võivad.

Vaadake end peeglist, kulla inimesed. Kui Teil on halb jume, tuim või hirmunud või vaevatud silmavaade, tursed näos, lühike kael, pinges õlad, halva toonusega nahk, näotuks muutunud töntsid sõrmed, tundlikuse häired jne. - siis on Teil HIRM, ET *MIND EI ARMASTATA*.

Laske ta vabadusse, enne kui olete apteegi tühjaks ostnud ja siis ahastuses tõdete, et hakkate hulluks minema. Tehke tund tööd selle hirmuga ja minge uuesti peegli ette. Kui muu ei ole veel muutunud, siis silmade sära on ometi Teie juurde tagasi tulnud ja pea on kerge.

Kui kõik ärritab, ajab nutma, kusagil ei ole asu, tahaks midagi ära lõhkuda või kasvõi kellegagi tülitseda, peaasi, et midagi teha - siis on Teie hirm üle piiri kasvanud, temast on saanud viha, mis otsib võimalust hävitada teisi või ennast. Te ei anna endale aru oma tegemistest, sest hirm on blokeerinud aju.

Vabastage hirm. Ta ei ole **tulnud** Teisse, et halba teha. Te olete ta endasse **võtnud**, sest vajate tema läbi õppimist. Ta on Teie sõber. Teie õigus on sõbra õpetus vastu võtta või mitte.

Vabastage hirm ja Teil ei ole enam vajadust nutta.

Andestamine tundub inimestele raske. Kummaline, et isegi nii hirmutav, et nii mõnigi hakkab muud väljapääsu otsima - meditatsioon, füüsilise keha treenimine, väga erinevad idamaised energia taastamise võimalused. Kõike võib, aga ilma andestamiseta enam ei saa, uskuge mind. Kes kardab andestada, see peab kannatuste rada käima, sest esmane peab olema mõtlemine.

Andke andeks, kes Te olete mind poolelt sõnalt mõistnud ja tunnete, et tüütuseni palju on ühe mõtte kordamist. Teie vaim on lahtisem, aga see ei anna õigust teiste õpetamist kärpida. Ma näen oma töös, et kordamine on hädavajalik.

Kuid ma näen oma töös ka seda, et sageli vaatavad mind silmad, mis ei näe ja kuulavad kõrvad, mis ei kuule. Mitte et nad oleksid pimedad ja

kurdid. Ja tean, et nad lähevad ära ja ütlevad: "*Ah aeti mingit jama andestamisest, aga haige olen ikkagi.*" Või jäävad haigemaks, sest nad ei püüdnudki aru saada ja vihastasid, mõistmata, et vihastasid (või ahastasid) enda peale. Ja tervis pidigi halvemaks minema. Aga paari päeva pärast hakkab kriis mööduma ja imelikul kombel hakkab kergem.

Nüüd see inimene hakkab kasvõi natukene mõtlema, aga ometi hakkab. Vaatamata mõistuse trotsile on keha teadvusele tema olukord veidi selgemaks saanud. Keha ju kuulas meie juttu.

Minult küsitakse - miks ma ei keeldu tegelemast inimestega, kes tulevad tervist saama, kuid ei taha end ise aidata?

Ausalt öeldes mõne puhul olen keeldunud küll, mitte sellepärast, et ta on kurjategija või muus mõttes halb. Need on inimesed, kes ei taha midagi mõista, kes trotslikult eitavad oma vigu ja peavad oma õigust tõeks ning arvavad, et tervist saab osta. Tervist ei saa osta ka kogu maailma rikkuse eest mitte.

Mitte midagi ei saa teha, kui inimene ei taha ja inimene saab kõike teha, kui ta ise tahab. Sel juhul ta vajab vaid õpetust ja õpetajat.

Sellise põhjenduseta st. õpetuseta ei ole pidanud lahkuma keegi. Palju on neid, kes kooliõpetuse ja ideoloogia on väga jäigalt omaks võtnud ning oma vaimu sellega vangis hoiavad. Nende inimeste kõige sagedasem haigus on neuroos - vaim püüab võidelda vabadusse aga mõistus ei lase.

Sellisel juhul tunnen, et ma pean sundima - lapsi sunnitakse ka õppima, et hiljem kerge oleks. Palun andeks, et ma teda sunnin ja räägin seda, mida tunnen, et peab. Ja ühe õpetliku näitega ehk ilmestan seda eneseõigustust.

NÄIDE ELUST.

Tuli üks umbes 45 aastane väikest kasvu naine ja ütles: "*Kas Te mäletate, ma käisin 2 kuud tagasi ja midagi ma ei uskunud, aga nüüd ma olen terve.*"

Tohoo! Kuidas Te siis terveks saite, kui ei uskunud?

"*Aga Te ütlesite, et kuulake, kui juba tulite, vast läheb tarvis, küll elu näitab.*"

Mis see elu siis näitas?

Ja naine räägib oma loo. Elab ta Tallinna äärelinnas. Suvel õhtul töölt

tulles märkas silmanurgast, et temast hakkab mööduma pikk purjus noor mees, kes tasakaalu hoidmiseks oli ettepoole köökas nagu purjus inimesed ikka. Tema fikseeris olukorra ja unustas kohe, omad mõtted vajasid mõtlemist.

Edasine käis kähku. Tal haarati kõrist. Järgmine hetk on ta selili maas, mehe põlv tema rinnal ja nägi ainult nuga tõusmas. Peas valitses absoluutne tühjus, nii kiiresti ei saa isegi ehmuda. Ja siis tulid tal mõttes eneselegi üllatuseks südamlikud sõnad: "*Ma annan sulle rumalale andeks, sa ei tea mida sa teed...*" Rohkemaks ei jätkunud aega. Järgmine moment oli ta haardega kleidi rinnaesisest üles tõstetud, tühja jahukotina läbi raputatud ja järgmiste sõnadega õnnistatud: "*Sind raiska ei kõlba tappa ka.*" Siis ropsiti seelik puhtaks, anti käekott kätte ja siis ... seisis ta keset teed nagu post ning kedagi nagu polekski kunagi läheduses olnud.

"*Alles kodus sain ma mõtlema hakata ja nüüd ma olen terve,* " lõpetas naine siiras võidurõõmus oma jutu.

Sellepärast ma ei keeldugi õpetamast.

Mina olen minule antud õpetuse Teile vahendanud ja kui mul tuleb hinge mure inimeste tervise pärast, selle pärast, et nad tahavad põikpäiselt haiged olla, et nad ei usu heasse, siis annan murele andeks, et ta tuli. Annan endale andeks, et ma ta endasse võtsin. Palun oma kehalt andeks, et murega inimeste pärast endale halba tegin. Ja palun inimestelt andeks, et ma neile oma murega halba teen, sunnin neid tervenema.

Inimese tahe peab olema vaba. Siis ma lähen jälle vahendama seda õpetust neile, kes selle vastu võtavad. Kes seda vajavad, et uude tsüklisse minna.

Selle raamatu kirjutamise vältel on ette tulnud viivitusi, mis on selgelt tuntavad takistused, mis samal ajal on alati võimaldanud uue peatüki sündimise. Tean, et minu kaudu antav on vajalik edastada inimestele nii, et arusaam oleks õige ja kasutamiskõlbulik.

Elu on lihtne, kui elu seadusi tunda ja täita, aga et tunda peab need selgeks õppima, mis omakorda on üsna keeruline.

Nii raamat üldse kui ka see peatükk on mul kirjutatud sooviga hästi lühidalt, kokkuvõtlikult ja selgelt öelda, aga jälle kordub sama - viivitus võimaldab mulle õppetunni, mille seekord toon teieni võimalikult täpselt.

Näen inimesi sageli eitamas hirmu, et *mind ei armastata*. Nende pea on nii blokis, tunded ahistatud, loogiline mõtlemine takistatud ja sel puhul on eitamine tavaline. Kombeks on öelda - *mõtle õigesti*. Inimene oma hirmuga, et *mind ei armastata* ei suuda mõista , mis tähendab *mõtle õigesti*. Tema meelest mõtleb ta liigagi õigesti.

Aga kui palju on inimesi selle stressita? Peaaegu ei olegi. Kes eitab, see ju ebateadlikult arvab end olevat väljaspool inimkonda.

Töötades ise enda stressidega näen, et eemaldades stresside pealmise kihi nagu sümboolse kooriku, tõeline stressimülgas alles avaneb. Sellest pole olnud esialgu aimugi. Stressid hakkavad väljuma nagu vulkaanist.

Kui inimene võtab kasutusele, alguses kasvõi uudishimust või vajadusest end aidata, hirmu vabastamise, siis mõne päeva jooksul tekib tal vaimustus ja emotsionaalne iseenda äratundmine millele järgneb tormiline reaktsioon.

NÄIDE MINU ELUST.

Igapäevane töö haigetega näitas, et hirm, et *mind ei armastata* vajab täpsemat lahtiseletamist.

Otsides võimalust seda kõike õigesti väljendada, heitsin õhtul magama ja palusin Jumalalt abi. Magasin tunnikese, virgusin selgena ja hakkasin andeks andma hirmule, et *mind ei armastata.*

Ma annan sulle andeks, et sa mulle tulid.

Ma annan endale andeks, et ma su võtsin.

Ma palun oma kehalt andeks, et ma oma kehale sellega halba teen.

Ootamatult tekkis vajadus kujutada ette, mis siis oleks kui keegi mind tõesti ei armastaks. Kohe mitte keegi.

Seda õudu kirjeldada ei ole võimalik. Ma vabisesin, värisesin, tundsin end laiali hajuvat, ihukarvad olid püsti. See oli igavese lõpu tunne, milles puudus surmahirm. Pea oli selge.

Hakkasin sellele tundele andeks andma. Üks kord. Teine kord. Kolmas kord... Õud vaheldus vabanemistundega. Teadlikult säilitasin selle õuduse sees olemise tunde. Aju vabanemine oli rahustav. Keha läks soojaks, vabin kadus.

Aastaid olid mu õlad ja kael olnud pinges. Enne kui ma veel vaimsete

teadustega ei tegelenud, oli turja padjand tuim ja käed kippusid surema. Varem põhjendasin seda, nagu kõik inimesed, raske füüsilise tööga, mida olin lapsest saadik teinud. Kui toidukotte käe otsas vedades kodu poole tulin ja prouad autodega oma kotte vedades mööda sõitsid, siis olin kurb ja ohkasin. Eks Te võite arvata, et ka minus oli teadmine, et mind ei armastata, minust ei hoolita, mina ei ole mingi väärtus jne. Vahel oli ka pahameel, mis siin salata. Enamikule tuttav tunne, kas pole?

Nüüd, pärast oma andeksandmisi, mis kestis ilmselt tunde, uinusin, ärkasin, kordasin andeksandmisi. Teadlikult nautisin oma hirmu vähenemist. (NB! Olen seda varem palju kordi vabastanud ja alati oli kergem hakanud.)

Hommikul ärkasin erakordselt reipana, aga kui voodist tõusin, tundsin turjas, õlgades ja kätes pisimagi liigutuse puhul tugevat valu. Selline valu on teisel päeval pärast suurt füüsilist ülepinget. Mõistsin, et see on reaktsioon. Kogu keha liikuvus oli suurenenud, tundsin end nooremana.

Kuna oli laupäev, perenaise suur tööpäev, siis sukeldusin koristamisse. Sellega tegin ühe vea. Kuna valulikkus lihastes tekib vallandunud jääkainete kuhjumisest, siis oleksin kõigepealt pidanud mõtlema ja tol päeval rohkem vett jooma, et jääke väljutada. Viga tuleb parandada, tegin seda alles õhtul. Õhtul kordasin andeks andmist, nüüd oli seda kergem teha.

Hommikul ärgates tundsin, et keha oli kerge ja mõnus. Valulikkus lihastest oli täielikult kadunud, ainult vasaku õlaliigese piirkonnas tekkis liigutamisel tugev tuiklev valu nagu ägeda närvipõletiku puhul. Mida rohkem liigutasin, seda hullemaks asi läks. Isegi puudutus muutus valulikuks. Ühesõnaga - tige valu - mida rohkem torgid, seda tigedamaks läheb.

Püüdsin tavainimese kombel põhjust leida, et see siis õpetuseks kirja panna:

- käsi - hirm, et *mind ei armastata*;
- vasak pool - probleem mehega; oma mehega oli eile kõik kõige paremas korras, järelikult on valu võõraste meestega seotud;
- valu on tuntavalt tige - tigedus = viha;
- liigutan keha ja tunnetan jäikust abaluude vahel - järelikult on valu seotud süütunde või süüdistamisega.

Mõtlen eilse peale ja leian suurema vaevata põhjuse:

- pahameel nende vastu, kes süüdistavad teist, et see ei armasta, aga

ise ei taha mõista, et takistavad armastuse tulekut enesesse;

- süütunne, et ma ikka ei ole neile suutnud selgeks teha seda Jumaliku tarkust.

Eile helistasid kolm naist ja hädaldasid oma elu ja tervise pärast, kõik kolm nagu ühe vitsaga löödud: ise on oma hirmuga, et *mind ei armastata* oma armastusenergia voolu kinni müürinud ja süüdistavad meest, lähedasi jne.

Miks minus tekkis pahameel = viha? Minu poole pöördutakse abi saama, ma õpetan, otsin põhjused välja. Aitama peab end inimene ise, teised seda teha ei saa ega tohi. Aga kui oled juba korduvalt õpetanud, kui on tegemist veel inimestega, kes niigi tegelevad vaimsete asjadega, aga mõtlema ei hakka, ikka tahavad, et teine nende elu korda teeb, siis, andke andeks, aga süda läks täis.

Minu keha sellist õigustust ei vajanud. Tema tahab, et mina teiste stresse endasse ei võtaks ja enda stressid vabastaksin. Ei ole kasu kui ma talle ütlen: *"Kuule, ma ju tavaliselt nii ei tee, ole nüüd mõistlik. Nemad on ju süüdi."*

Aga miks just kolm ühesugust juhust ühel päeval?

Imelik! Niikaua, kuni ma neid ridu kirjutasin, kadus mu õla valu ära.

Miks? Eks sellepärast, et ilma selle valuta poleks ma seda lõiku kirjutanud. Kirjutasin - ju siis oli tarvis. Jumal näeb ja teab. Nüüd pole valu enam tarvis.

Kui keha häirega märku annab, siis on tal midagi tähtsat öelda. Õppige keha mõistma ja tema nõuandeid täitma. Paremat sõpra ei ole Teil kusagilt võtta.

Miks tavameditsiin alternatiivsega tülis on?

Tigedaks saab see... Kes?

See, kes kardab. Sagedamini sõimab pada katelt, oskamata ja soovimata teineteise tasemele laskuda või tõusta.

Kuna mul on õnn olla ühtaegu nii arst kui ka niituse kandja, siis ma võtan endale õiguse seda probleemi harutada. Ehk õnnestub.

Tavameditsiin tegeleb inimese füüsilise keha nähtustega ehk tagajärjega. Ravi on tagajärje likvideerimine. Ilus eesmärk - profülaktika - jääb unistuseks niikaua, kuni arst ei oska näha maailma ja inimest terviklikult tema lahutamatus ühtsuses. Iga inimene teab kui kõrge on maailma meditsiini tase ja imestab - *kui madal on see meil!?*

Kallid inimesed! Te näete ainult aparatuuri, ei näe selle taga meie arste, kes teid oma hingejõuga ravivad.

Olen jälginud erinevaid inimesi, kes räägivad kui raske, pingutav ja vähetasuv töö neil on. Milline vastutus, pikad tööpäevad, mure kodus kaasas. Ja ometi võin öelda: ennastohverdavamalt ja jõulisemalt kui arst ei tee oma tööd keegi. Mõistan seda eriliselt alles nüüd, kui haiglast ära tulin.

Arst võib olla morn, isegi tige, sest ta on väsinud, ta alustab oma tööd 25-aastaselt ja see ei katke enne kui on äraminek. Ta on valmis iga hetk minema kui teda vajatakse. Viie minutiga peab ta olema unest ärganud, riides ja vaimselt valmis surmaga rinnutsi kokku minema. Selles võitluses võib ta olla määrdunud ja uppumas kõigesse, mida üks inimene endasse on kogunud - vesi, veri, mäda, alkohol, narkootikumid, fekaalid jne. Lihatükkidest peab ta inimese kokku lappima. Ja kui ta selles meeletus võitluses alla peab vanduma, siis ta kiristab küll hambaid, aga süda nutab sees. Kes seda mõista tahab, see mõistab.

Inimkonnale ei ole veel teadvustunud, et surm on loomulik nähtus ja selle eest on vastutav siiski kõigepealt inimene ise. Meil on see nii loomulikult ikka veel arsti asi. Arstid ise on hakanud küll juba õige mõttelaadiga kaasa tulema aga nüüd protesteerivad haiged. Neile tundub see ülekohtune.

Hetk hiljem kutsutakse see arst abi andma psühhoosis inimesele, sest see on äsja sensitiivi juurest tulnud, kus on öelnud, et tal on vähk. Arstid on uurinud ju teda, aga haige arvates teda petnud. Negatiivse mõttelaadiga inimene lepib meeleldi isegi vähi diagnoosiga, sest ta vajab haletsemist, hoolitsemist, kaasa tundmist jne.

Kujutage nüüd ennast, sellesse olukorda ja leidke lahendus!

Mina tegelen sellise probleemiga sageli, mitte alati ei saa ma enam inimest selgele mõistusele tuua, sest hirm on blokeerinud tema VI ja VII tšakra. Kui ta nii paljugi tegema hakkab, et stresse lahti andestama hakkab ja tagasi tuleb juba aruka jutuajamise jaoks, siis on hea. Nii mõnigi jätkab jooksmist sensitiivide vahel ja iga sensitiiv lisab oma nägemise informatsiooni juurde - kui eelmine diagnoosis vähki, siis järgmine teeb seda kindlasti. See inimene saaks eelduste kohaselt 10 - 20 aasta pärast vähi, ta ju vajab

seda, aga nüüd sureb ta paari aasta pärast infarkti.

Vastupidiseid olukordi, kus meditsiinis diagnoositakse vähki aga esimene sensitiiv on kasutanud *oma võtet* ja teised ei näe, on samuti piisavalt. Ometi inimene kustub. Maagia võtteid tohiks kasutada ainult selle haige peal, kes sama sensitiivi juurde kindlasti tagasi tuleb, aga seda peab haigele täpselt teadvustama ja rõhutama. Haige teab näiteks, et talle pandi mingi kaitse peale, tal hakkas sellest nii paha, et vaevaga veab end teise juurde. Kui seegi aidata oskab.

V.a. patsiendid!

Üldiselt võib olla reaktsioon bioenergeetilisele ravile ja võtetele väga äge, aga see möödub tavaliselt ruttu, 1 - 5 päevaga ja kui Te oma hirmu lahti lasete, siis mõistate, et reaktsioon on hoopis erinev tavalistest palavikuhaigustest. Tundke rõõmu, et muutute - peale kriisi tuleb vabanemine.

Kui halb enesetunne püsib või süveneb, siis *andke sensitiivile andeks, et ta tahtmatult mõjutas Teid oma energiaga mõistmata, et te omavahel ei sobinud või oli muu põhjus. Andke endale andeks, et Te selle endasse võtsite ja paluge oma kehalt andeks, et oma kehale sellega halba tegite.* Te vabanete.

Mina isiklikult arvan, et andestamisega, seega usalduse tekkega, muutuvad kõik inimesed üksteisele ka energeetiliselt sobivateks.

Elul on kaks poolt - vaimne ja füüsiline, mõlemad on seni vajalikud.

Arstid tunnevad füüsilist poolt, aastatuhandeid on see teadus arenenud. Areneb veelgi, aga vaimumaailmale avanemiseta enam mitte.

Selgeltnägijaid, sensitiive jm. on väga palju tekkinud ja see on hea.

Aga kallid vaimus liikujad! Ärge unustage, et intuitiivne ja ratsionaalne mõtlemine peavad olema tasakaalus.

Arstide kogemus on pikk, nad on enda peale võtnud vastutuse haige ees. Sensitiivid seda ei ole. Liig sageli tulevad haiged sensitiivilt saadud diagnoosiga, et keegi ta nüüd terveks ka raviks. Umbes nii nagu hiljuti üks keskharidusega naine tuli: "*Mul on neer vaagnaluu tükkide vahel kinni ja teeb valu!*" No mis sa kostad! "*Ärge Te enam kunagi niisugust rumalust oma suust välja öelge,*" sain ainult nõu anda. See oli minu kõige suurem abi talle. Muu tegi ta ise ära.

Kallid inimesed!

Kui Te lähete sensitiivi juurde, siis võtke **oma** mõistus ka kaasa. Ma

saan aru, et Te oma hädas rabelete ja otsite abi, aga kriitikameel peaks ikka kaasas olema. Nii nagu arste on erinevaid ja Te hindate neid vastavalt enda kogemustele, nii ka sensitiivid on erinevad. See ei tähenda, et neid mustata on tarvis.

Kallid sensitiivid!

Vaimu arenemine võib toimuda väga erineval moel, aga ikka lähtudes sellest tasandist, kus inimene enne asus. Aegadest aega on olnud nõiad, kes aitavad oma taimedega, lausumistega, palvetega - see on armastusenergia ja tõesti aitab, aga nad ei ole kunagi pannud meditsiinilisi diagnoose. Praegune vaimu avanemine toimub hüppeliselt ja jõuliselt ning tekitab inimestes eufooria. Inimene, kes varem pole saanud ennast teostada, tunneb, et nüüd on saabunud aeg tõestada kõigile, mis ta väärt on.

Andke eufooriale andeks ja võtke alustuseks eestikeelne anatoomiaõpik ning lugege see läbi. Siis vast mõistate, kuhu Teie vaim kiirustab. Äkki ei olegi see ravimise tee. Head teha võib ka teisiti. Õppige tundma iseennast. Õige sensitiiv peab vastutama oma sõnade eest. Kes seda ei tee saab teole tagajärje, nii nagu Jumalariigis ikka. Mitte ilmaasjata ei ole sensitiivid vahel väga raskelt haiged. Siis Te pöördute arstide poole ja nad aitavad Teid.

Tuleb arvestada, et kaasaegne inimene on mõistuse poolest hästi arenenud, ta tahab teada, **mis** tal viga on, **miks** tal see viga on, **kas** see on ravitav, **kuidas** on see ravitav. Mõistlikule küsimusele peab järgnema mõistlik vastus.

Diagnoos on mõnele inimesele nagu kehasse sissekootud hinnasilt, teisele nagu orden kannatuste eest. Igaüks suhtub erinevalt.

Palju on probleeme sellesama kerglase vähi diagnoosimisega. Energeetiline vähi informatsioon tuleb kehasse ka siis, kui naabrimees on vähis või vanematel oli vähk jne. Peamine, et inimene seda kardab ja hirmuga endasse tõmbab.

Kui hästi otsida, siis võib kõigist leida kõiki diagnoose - me elame ju nende atmosfääris. Gripp liigub ka ringi, ometi kõik ei jää grippi. Öeldes: "*Ma võtsin su haiguse ära,*" tekitame haigele hea tunde. Hävitame energeetilise struktuuri ja anname inimesele sellega lootuse. Lapsemeelselt usklik võib väga pikalt terve olla. Aga foon ju jäi - see on oskamatus **ise** mõelda. Haige jääbki lootma **teiste** abile.

Mõistuseinimene ei tarvitse tunda midagi, tema haigus püsib edasi. Võib ju öelda: "*Miks sa siia tulid, sa ei usu ju mind?*". Inimene ei suuda uskuda, kui ta ei tea midagi energeetikast. Aga talle ära seletada on oi kui

raske ja aeganõudev töö. Suu on väsinud ja ajud on sõlmes, aga see inimene hakkab endaga tööle. Mida võib paremat tahta!

Imeeffekte ootav sensitiiv jääbki imesid ootama. Innustamiseks juhitakse tema teele aeg-ajalt väga tundlikke inimesi, aga põhiliselt on see ikkagi palehigis töö.

Vähi tekkest kõnelesin juba eespool. Aga sensitiiv, kes inimesele selle diagnoosi paneb, annab surmahoobi. Tugevaid on vähe. Hirm vähi ees jääb inimesesse ka siis kui sada arsti talle uuringute alusel tõestavad, et ei ole. Aga ta saab ükskord selle, sest hirm tõmbab ligi seda, mida kardetakse.

Mõte elab ja toimib, sõltumata kelle suust või mõttest ta on tulnud.

Väga vähe on vaja, et inimest õnnistada, veel vähem on vaja, et inimest surma saata.

Endast lugupidav selgeltnägija ei puista diagnoose varrukast. Ta **peab** teadma, et negatiivsed jõud on alati valmis *"abistama"*, aga negatiivsust tõmbab ligi vaid negatiivne tegu.

Ma ei eita, et vahel läheb vaja šokiteraapiat, et inimest masendusest ja apaatiast üles äratada. Õigem on esile kutsuda inimese pahameel, see on nagu piits väsinud hobusele. Hakkab perutama, aga pärast vähemalt silm särab. Aga kui silm särab, siis see on märk, et aju hakkas tööle. Las ta vannub Teid pärast, aga Teie ju teate, et ta eluenergia hakkas voolama ja kohe-kohe järgneb halvale hea.

Hea selgeltnägija ütleb tõtt. Vaielda võib selle üle kas karmi tõde on õige või vale välja öelda. Näen inimesi, kes sellest psühhoosi lähevad, aga näen ka neid, kes lootusetust olukorrast uskumatult kiiresti paranevad. Hinnang tõele on vastavalt inimese arukusele. Haige, kes end surmast välja võitleb, on väärt inimeseks olemist. Kui inimene, keda kabinetti lohistatakse ja kellel on lootusetu diagnoos, kes saab ajule kiiritust, teatab kahe kuu pärast, et ta on terve ja käib tööl, siis ta on väärt inimene. Seda tööd, mis ta hommikust õhtuni tegi, vabastades hirmu, et *teda ei armastata*, teab ta ainult ise. Aga selle toime on kogu pere elu korrastav.

Mõni inimene käib mitu korda, hädaldab ja nutab ning ootab, et häda ära võetakse, aga kui seada talle ette tingimus: *kas hakkate endaga tegelema, enda stresse vabastama või rohkem ärge tulge*, siis ta ei tule enam. Ta parem on haige.

Sageli kasutavad sensitiivid mõistukõnet. Seda tingib vajadus haiget mitte šokeerida, aga ometi tõtt öelda. Kes mõistab, see mõistab. Sensitiivi

sõnu juhivad kõrgemad vaimsed jõud, nende tarkust ei saa vaidlustada.

Inimene peab saama sensitiivi juures käimisest lootuse, impulsi, mõtte, positiivse emotsiooni, hinnangu oma valele elule - siis oskab vähemalt midagi muutma hakata. Peab saama teadmise, mida edasi teha - minna arstile, või tulla tagasi. Mida raskem haigus, seda kiirem peab olema tegutsemine. Kes seda ei saanud ja pettus, see teadku, et ta ise valis omale selle sensitiivi.

Kelle vaim on juba avanemisest märku andnud ja kes tunneb, et ta kätest tuleb tervistav energia, rõõmustage, aidake ennast, oma peret, sõpru. Jälgige end teraselt kõrvalt, see on väga tõsine tegevus, mitte naljanumber. Võtke endasse vastutus ja soov edasi jõuda. Teid aidatakse, kui Teie soov on puhas ja siiras, aga mitte kohe. Enne peate tunda saama, et enda mõistus enam ei võta. Ärge oodake Jumala armuande, kerjusele tulevad palukesed. Tõeline vaimutoit tuleb ära teenida. Ka selle juures saab andestamisega end aidata, pange pea tööle. Sensitiiv peab iseennast kõigepealt tundma õppima ja aitama. Kahjuks õpetatakse parema meelega haigeid.

Tänapäeva praktilise meelega inimesele tundub ebausutav, et andeksandmisega saab midagi peale suuremeelse sammu ära teha. Raske on mõista seda, mida ei näe. Isegi ravijad on tõrksad. Käe pealepanek on ju näha, tähendab ravib. Selline ravimine on algus.

Aga kelle vaim avaneb ja kellel on tekkinud vajadus head teha, see usub ja tema tegemist kroonib edu. See edu on tervis, heaolu ja edukus.

Kohtan ravijaid, kes tahavad küll teada, mis neil viga on, kust haigus alguse on saanud - sellest või eelmisest elust jne. Igale sõnale tuleb vastus: *ma tean, ma tean, ma tean*.

Andke andeks, teadmisest on vähe kasu. Hädast tuleb lahti saada. Kuidas? Ma ju õpetasin: *andke põhjustavale stressile andeks*. Vahel tundub selgitamine haigele, kes midagi ei tea, palju lihtsam kui inimesele, kes on palju kursuseid läbi käinud ja veel rohkem raamatuid läbi lugenud. Tunnen vastuseisu, püüdu teisiti välja vingerdada, sest igal ravijal on juba oma kinnisidee ja tehnika.

Rõhutan jälle: **ainus vabastav jõud universumis on andestamine, mida tuli meile õpetama Kristus**. See ei ole minu õpetus, see on minu kaudu tulnud.

Dogmad segavad vaimset arengut. On parapsühholoogia õppejõude, kes eitavad meditsiinilisi teadmisi. Jumalariigis kehtib kuldne reegel - teadmised rikastavad inimest. Kui tee alguses ehk segavadki mõnevõrra, siis edaspidi

on meditsiin hädavajalik. Iga õpetaja, kes hakkab oma õpetust kui ainukest propageerima ja unustab õpilasele öelda: "*Elav on see, mis* **sinu** *hingest läbi tulles tööle hakkab, sest see areneb ka siis, kui mind enam ei ole,*" on midagi väga tähtsat tegemata jätnud. Tark õpetaja õpetab suhtlema, vastasest lugu pidama, sest üsna pea võib Teile tulla äratundmine, et see ei olegi vastane ega vaenlane, hoopis sõber. Ja tee on meil üks.

Ma ei tea, kas suutsin tülitsevaid vastaspooli vähegi veenda, et süüdistamine ja teineteise väljanaermine on mõlemapoolne viga. Aga tark õpib vigadest.

Kui haige jõuab meditsiini juurest sensitiivi juurde, siis on meditsiinis mingi puudujääk. Kui vastupidi, siis on sensitiivi puudujääk. Mõlemad pooled peaksid järelduse tegema.

Aga kõige suurem vastutus peab olema inimesel endal. Niikaua, kuni tervis antakse nagu auto remonditöökotta, ei saa midagi korda. Keegi ei saa ära võtta Teie haigust, mida Te aastaid olete hoolega kogunud. Ei saa, ei tohi, ei suuda! Haigus on inimese õppetund, Te olete selle ise endale võtnud. Kui Te seda mõista ei taha, siis peate kannatama.

Tean väga hästi, kuidas on tigedad need, kes minu ooteruumis on sunnitud läbi lugema lühikese "*Andestus, armastus ja tervis.*", sest enne eelteadmisi omamata pole meil millestki rääkida. Arvan, et kirjaoskajal inimesel ei tohiks see raske olla, sest siis saame tema vastuvõtu aega kulutada juba konkreetse, isiklikult temale määratud jutu peale. Tigedus ja kadedus vahutavad nii, et linn kajab.

Apteegis on rahusteid ostmas ainult hirmunud ja tigedad. Loomulik on, et tige terveks ei saa, ta peab ju tige saama olla. Aga neid, kes minu vahendatud õpetusest head saavad ja paranevad, teavad, et hea toidab hinge ja annab lootust üha edasi minna. Teie rõõm on minu rõõm. Minu armastus on Teiega. Kui Te loete praegu neid ridu, siis teate ju, et ma räägin just Teiega.

Iga sensitiiv on tundnud samasugust rõõmu ja kannatanud samasuguseid kannatusi, sest tavameditsiin kardab, et teda tahetakse kõrvale lükata. Hirmu silmad on alati suured, mis siis, et alust sellele ei ole.

Eriti kartlikult astuvad uuele teele arstid, sest kolleegide sarkasm võib olla hävitav. Arst, kes oma haigusega tuleb parateaduse abi kasutama, oleks parema meelega nimetu. Mina mõistan Teid hästi, ma oskan ju mõtteid lugeda, aga ma näen ka mõtete taha - näen põhjust ja tagajärge. *Andke oma hirmule andeks* ...

Ja teadke ikka järgmisi ridu:

Mida suurem on konarus teokarbis,
seda suurem ja väärtuslikum on pärl.
Mida suurem on valu inimsüdames,
seda võimelisem on ta looma.
Rõõmust ei sünni midagi piisavat.
Selleks, et luua, peab kannatama.

Aino Kabe

Iga teadus on kord alguse saanud ja omale eluõiguse võitnud. Iga õige teadus on tulnud teiste kõrvale, mitte teisi välja tõrjunud. Küllap arukas inimene seda mõistab.

Inimkond on siiani elanud instinktide tasandil. Selle aja jooksul on aju mahust tööle rakendunud 5 - 6 %. See on olnud õppimine läbi kannatuste. Viimased 2000 aastat on inimese aju olnud valmis avanema, aga nüüd on vajadusest saanud paratamatus. Inimkond on teelahkmel - kes võtavad vastu Universumi Vabanemise Õpetuse, mille tõi esimesena Kristus, need lähevad edasi. Kes ei võta, need ... lähevad tagasi.

Maailma praktika näitab, et tavameditsiin kasutab ülivõimetega inimesi järjest enam.

Kordamine on tarkuse ema.

Selle peatüki valmimise tingis inimeste kaubanduslik suhtumine iseendasse, enda tervisesse. Rõhutamist vajab tõsiasi, et kõik, mis inimene teeb, seda teeb ta endale.

Kordamine on mõtlemisvõime arendamine.

Lugedes aeglaselt inimene mõtleb, süstematiseerib ja saab targaks. Kiirustamine on pealiskaudsuse tunnus. Paljud inimesed räägivad, et "*Armastus, andestus ja tervise*" iga lugemisega saavad nad seda teavet, mida eelmise korraga ei saanud ja iga korraga läheb tervis paremaks. Miks? Sest iga korraga saavad nad rohkem aru oma haiguse põhjusest. Vastupidist olukorda on delikaatselt öeldes mitte just vähe. Aga igaühel on õigus õppida

nii, nagu tema tahab.

Inimene sünnib selleks, et õppida ja õpib ta läbi halva. Nii nagu igal asjal on ka õppimisel kaks otsa, kaks võimalust:

- läbi õpetuse;
- läbi kannatuse.

Juba 2000 aastat tagasi oli inimkond küps õppima läbi õpetuse, targa kombel, ja talle saadeti õpetajaks Kristus, kes õpetas halba andestamisega vabastama, et avada heale tee. Inimkonna põhiosa valis kannatuste tee. Igaühe valik on vaba ja püha, aga igaüks peab teadma, et teole järgneb vääriline tagajärg.

Kes kannatuste läbi õpib, see reostab ennast ja Maad. Me oleme Maa nii ära reostanud, et ta enamat ei talu, ta hävineks kui meid edasi - rumala kombel - lastaks õppida. Me ei ela Universumis üksinda, meist on kõrgemad ja targemad, kes Maad väärtuseks peavad ja Universumi sellega tasakaalus hoiavad ning seetõttu meid vaimus aidata püüavad, et me ometi ükskord targaks saaksime.

Praegune abi toimub kiirendatud korras, sest siiani toimus meie füüsilise tasandi areng kiiremini ja vaimne areng jäi maha. Vaimu arengu kiirendus tekitab stesside kuhjumisega hingepiina, mille hea külg on see, et inimene hakkab vaimseid tarkusi ise otsima ja leidma. Enam ei saa ei keha ega ühiskonda füüsilisel tasandil terveks, nagu me harjunud oleme. Ravimitega haigus enam ei kao, enamik tõbesid jääb kroonilisteks.

Elu alus ja looja on Armastus.

Armastuse energia on kõikjal, teda on piisavalt, aga KÕIK HALB on Armastuse puudusest... Ja halba on praegu väga palju.

Mis on KÕIK ja millest selline vasturääkivus?

KÕIK on kõik inimesed, loomad, putukad, puud, põõsad, olukorrad, probleemid jne. Kokkuvõtlikult on see elu. (Edaspidi ainult KÕIK.)

Selleks, et elu oleks hea peab armastuse energia voolama läbi KÕIGI ja KÕIGE. Ei piisa kui armastus on nurka hunnikuse laotud või kenasti riiulil hoitud, samuti nagu hunnik elektrone on mitte midagi, aga pannes need elektronid vooluringi on tuba valge.

Ka armastuse energia peab voolama, liikuma selleks, et ma tunneksin - mind armastatakse ja ma ise armastaksin nii, et teine seda tunneks. Praeguse aja inimesed ütlevad: "*Mina armastan, aga mind ei armastata.*" See

hingevalu on kõigil: naistel, meestel, lastel. Mida noorem on inimene seda suurem on see tunne tal juba algselt, sünnijärgselt, ja seda kiiremini ta kuhjub.

Kes ütleb, et temal ei ole hirmu, et *teda ei armastata* või et ta ei vajagi kellegi armastust, ta saab isegi elus hakkama, siis ta ei tea, mis on armastus. Ta ei mõista, et meie olemasolu määrab nähtamatu reaalsus, et nähtav materiaalsus on imepisike osa Kõiksusest, mida teisiti nimetatakse Jumalaks. Ja et meie maailma praeguse kriisi põhjuseks ongi Jumala eitamine. Arusaam Jumalast on inimestel eitav, vihkav, hirmutav - ühesõnaga arutu.

Armastuse energia voolu blokeerib hirm, eriti **hirm, et *mind ei armastata* - see on suurim hirm.**

Kui keha sureb, siis vaimule on see nagu elu õppetunni lõpp. Vaim läheb vahetundi, siis tuleb uus tund uue kehaga ja kõik on korras. Aga kui armastus hävib, siis vaim sureb ja seda vaim kardab, sest ta on armastuse energia kogum, mida hiljem uuesti luua on võimatu.

Hirm, et *mind ei armastata* seisab nagu sein bioväija piiril ja sellest saab läbi ainult füüsiliselt. Füüsilise hirmu seina läbimine tekitab vägivallatunde ja põhjustab seletamatut rahutust, ärritust, tühjust hinges, tahtmist segajat kõrvaldada.

Te olete kõik tundnud, kuidas tahaks mõne inimese juurde minna, aga kui lähenete, siis tunnete põhjendamatut ärritust, kurbust, mõttetuse tunnet, kahetsete või vihastate enda peale, et jälle tulite, kuigi teadsite, et kordub see, mis alati. Te tunnete enda ja tema hirmuseinte ühinemise negatiivset energiat. Mida rohkem valesti lähenete, seda suuremat pettumust tunnete.

Armastuseta ei ole elu ja inimene rabeleb üha rohkem ja rohkem läbi hirmuseina, mis ajaga kasvab müüriks ja teeb üha enam haiget, aga inimene tunneb, et see pole ikka see. Tänu hirmuseinale on arenenud kaasaegne seksuoloogia, aga hinge armastust sellega ei toida. Füüsiline armastus on vaid hingearmastuse üks väike osa.

Kust on alguse saanud selline hirm?

Kunagi ammu tekkis ürgemal tahtmine valitseda meest. See oli materialismi algus, naise ülemvõimu algus, mis tegi inimesest asja. See oli inimaju targemaks saamise halb külg ja misläbi sai selgelt tõestanud, et tarkus on hea asi, aga loodusseadustest see üle ei ole. Inimene Jumalat valitseda ei saa ega tohi. Kellelgi ei ole õigust kedagi valitseda. Abielusidemed ei tohi olla orjaahelad.

Mees on Jumalast pandud peaks ja naine kaelaks. Neil on omad suurepärased õigused ja kohustused, mille üle mõlemad peaksid vastastikku õnnelikud olema ja teadma, et nende koht on just seal kus olema peab. Kui pea võtab endale õiguse kael kõveraks keerata, ta olematuks pressida, siis see pole õige pea. Õige valitseja tõstab oma rahva kõrgemale, sest tark valitseja teab, et ilma rahvata ei ole ta pea. See, et mees on naise üle võimutsenud, on inimkonna järjekordne viga, mille käes oleme pidanud kannatama.

Ja kui omakorda kael tahab olla pea peal, siis see keha ei ole enam terve. Aga nii hakkas tahtma naine.

Suur osa nii naisi kui mehi seisab oma kindlas veendumuses: *vastaspool on süüdi.* Tuhat elujuhtumit selle seisukoha tõestamiseks on kohe veenvaks süüdistuseks valmis ja pettumus valdab õnnetut kannatajat, kui teda kuulama ei vaevuta.

See, kes tahab iga hinna eest valitseda, vihastab kui öelda:"*Ei ole halba, ei ole head. Igas halvas on head, igas heas on halba. Ainult tuleb see üles leida. Kõik, mis inimese kannatama paneb, selle tõmbab ta ise oma vale mõtlemisega endale külge. Parandage oma mõtlemist, vabastage oma viha ja abikaasa muutub. Kindlasti muutub.*" Enamik tigetsejaid ei suuda seda kuidagi uskuda - nad on ju õppinud kõike jõuga saama.

Osa kardab, et kõik, mis öeldakse, on otsene süüdistamine. Meenutan kena daami, kes oli keskkooli direktor. Mida rohkem ta kuulas, seda rohkem ta ei kuulnud - hirm, et *talle öeldakse, et ta on süüdi, et ta on halb* kasvas nähtavalt. Ta ei saanud enam midagi aru, peas oli paks ja paha tunne - nii väga tahtis ta olla hea. Ütlesin: "*Kõik inimesed on loomult head, ka Teie. Ainult Teie stressid ootavad nüüd vabastamist.*" Järgnes tunne nagu oleks õhupalli nõel torgatud. Negatiivse energia pais kadus momentaalselt. Minu ees seisis ähmis koolitüdruk, kes ootas karistust, mõistmata, et seda ei tulegi. Ta oli materdamisega nii harjunud. Niisugune on hirmutamisega kasvatatud inimene. See naine sai väga teravalt tunda hirmu toimet.

Erinevates eludes oleme me nii naised kui ka mehed ja seega on materialism inimkonna õppetund. Tahtsime teada saada, mis juhtub kui rikkuda loodusseadusi ja panna asjad ennast valitsema: soov võimutseda, olla teisest üle võtab mõistuse ära ja teeb keha haigeks nii sellel, kes võimutseb kui ka sellel, kes enda üle võimutseda laseb.

Sellest hetkest alates kui ürgema tahtis hakata valitsema meest lakkas ürgema instinkt.

Mida see tähendab?

Kui ürgema heitis mehega ühte, siis ta sigitas lapse. See oli instinktide tasand ja laps, tulles vaimus sümboolselt oma elu ukselävele, võeti armastusega vastu. Vaim teatavasti on ego. Egol on kaks otsa: eneseväärikus ja egoism. Iga vaim vajab, et teda armastatakse, seega vastu võetakse, ellu kutsutakse. Ürgema instinkti lakkamisega algas seks, aga seksiv ema ei tea täpselt millal ta lapse sigitab. Laps, tulles oma elu ukselävele, saab endasse kõik eluprobleemid, mis vanematel on, sest negatiivsete emotsioonide jõud on nende kiiruses. Halva jalad on kiiremad.

Lapse vaim on armastus - siiras, puhas ja igavene. Aga ta on õrn ja haavatav ning kohe tekibki tal tunne, et *teda ei armastata*, sest keegi ei ütle talle: "*Ma armastan sind. Tule kasva elule rõõmuks*." Enamikul inimestel on hirm, et *mind ei armastata* juba eelmisest elust kaasa võetud.

Kellele rohkem antakse, sellelt rohkem nõutakse. Ürgema mõistus oli vähearenenud, kaasaja emal tunduvalt rohkem, järelikult kaasaja ema peab kõike teadlikumalt tegema.

Praegune ema teeb terve raseduse vältel vigu, mõistmata, et tema kõrval on suur vaim, kes kuuleb, näeb, mõistab kõike. Ja tahab õppida selgeks praeguse füüsilise elu õppetunnid. Ta teeb seda ikka veel läbi kannatuste, kuigi peaks tegema läbi õpetuse, aeg on sealmaal.

Esimene õpetaja on ema. Iga õpetaja kohus Jumala ees on õpetada tõelist tarkust. Tänapäeva materiaalne inimene tõelist tarkust ei valda, seepärast on õpetajate töö väga raske. Aga seda õigustust kellegi keha ei kuula.

Vaim, hing ja keha elavad loodusseaduste järgi. Kui meie mõistus elu valesti mõistab, siis keha kannatab. Igaüks, kes valesti õpetab, võtab endasse süütunde, mis põhjustab närvilisust, ebakindlust ja vigade otsimist teistes.

Ema kui õpetaja vajab õige õpetamise oskust enda ja enda tulevaste põlvede nimel. Enda ja oma laste tulevaste elude nimel. Kõigi mõte toimib, aga ema mõte on kõige võimsam. Nähtamatu side emaga on igavene.

Iga ema peaks oma lapselt andeks paluma, et ta:

- last sigitades teda armastusega ellu ei kutsunud;
- teda kandes igat negatiivset mõtet, sõna ja tegu ei selgitanud ning lapselt andeks ei palunud;

- ei tea, et laps sünnib ise ja ootab emalt ainult armastuse kutset;
- lapse ilma sündides andis talle armastuse asemel kinnistunud hirmu, et *mind ei armastata.*

Ema peaks endale andestama, et ta seda kõike ei ole teadnud ega teinud. Kõik parandamata vead lasuvad ema hinges seletamatu süütundena.

Ema peaks enda kehalt andeks paluma, et ta oma kehale nende vigadega on halba teinud.

Laps on kodu peegel, tahavad vanemad seda tunnistada või mitte. Ja iga tänapäeva laps peaks oma emale selle kõik andestama. Siis ei peaks tänapäeva lapsed enam ahastama, et ema (ka isa) teda ei armasta. See ei ole lihtsalt kurtmine, see on tõeline hingevalu, sest tänapäeva vanemate omav armastus on valus.

Praeguse lapse tüüpiline ütlemine on: "*Ma tean, et mu vanemad mind armastavad, aga ma ei tunne seda ja ma tunnen, et mind ei armastata. Ma tean vaid keeldu, käsku, vajadusi ja mul on nii valus.*"

Kallid emad! Mõistke õigesti, need on vead, mis parandamist ootavad, mitte süüdistused. Vanemad võivad last armastada rohkem kui vaja, aga nende armastus koguneb hirmuseina taha ja lapseni see ei jõua. See, mis jõuab on suure hingearmastuse vastaspool - omav armastus. Tema teebki haiget. Ema oma hirmudega valitseb last, juba väikelast. Ema on igavesti eeternabanööriga lapsega seotud, seega ema valitsemine toimub päikesepõimiku kaudu. Imiku seedehäired, coli-nakkused, gastriit, sooltepõletik jne. tähendavad, et ema on hirmunud ja vihane. Kui ema andestab oma vihasele hirmule, siis kaovad lapsel isegi nakkuslikud seedetrakti haigused. Lapse äge appenditsiit paraneb ilma operatsioonita kui vanemate elu ummikseis on vabanenud. Enne ei saa vanemate probleemid kaduda kui nad vabastavad endast hirmu, et *mind ei armastata.* Siis hirmu majandusmurede ees jne. Siis saavad nad oma normaalse mõtlemisvõime tagasi ja leiavad elulise väljapääsu.

Mõistuse tasand on füüsiline tasand. Käsu järgi ei armasta keegi. Iga isa ja ema oskavad teineteiselt ja lastelt nõuda, et need teda armastaksid mõistmata, et tema enda armastus kellegi südant ei soojenda. Kujutage ette ema, kellel on hirm, et *mind ei armastata* (aga tänapäeval vaevalt et teistsuguseid on). Ta on oma hirmuseina taga, armastab, piinleb, ahastab, sest tunneb, et kõik läheb mitte nii nagu tahaks, aga kõik tema head soovid kogunevad müüri sisse.

Naise hinges on armastuse allikas, mehe hinges seda ei ole. Mees on jõu allikas.

Naise armastuse allikas toodab armastust nii, et uputab allika enda, kasvab ajapikku tigedaks vulkaaniks, aga keegi seda ei tunne, sest hirmu müür ei lase armastusel voolata. Viha, vastupidi, nii nagu igasugune negatiivsus, on purustava jõuga, ta tuleb läbi igasuguse seina.

Mees ja lapsed, vajades armastust, peavad alati müürist haiget saades läbi tulema, aga seda armastust, mis hinge toidaks pidevalt ikka ei saa. Olles teineteise kaisus = teineteise bioväljas, on armastuse tunnetus olemas.

Kuna seda pidevalt ei saa, siis pettumus aina suureneb. Mees (ka poeg):

- pöörduvad ära;
- kapselduvad endasse ja kuulevad ema süüdistusi, et teda ei armastata;
- lähevad alkoholisse muret uputama;
- muutuvad narkomaaniks;
- jõuavad psühhiaatrite patsientideks;
- sukelduvad kuritegevusse;
- lähevad uut armastuse allikat otsima, sest mees ilma naise armastuseta elada ei saa.

Armastuseta ei ela keegi. See on loodusseadus, siin naise piirangud ei aita.

Sageli ei otsi mees kodust väljaspool intiimset kontakti, võõras naine võib hingearmastusega mehe hinge ootamatult toita. Silmarõõmu pakkuv noor neiu soojendab südant ja seda ei tohiks pahaks panna. Seda oma naine tavaliselt ei usu ja mehe põhjuseta süüdistamine viib mehe olukorda, et naise süüdistamine peab saama õigustatud.

Armukadedus on nii naiste kui meeste stress. See on lihtsustatult pahatahtlik süüdistav viha, mille põhjuseks on hirm, et *mind ei armastata*. Armukadeda abikaasa läheb varem või hiljem süüdistust õigustama, igaüks oma motiivi ja tõekspidamiste tasandile vastavalt. Isegi kui see toimub mõtteis, tunneb teine selle ära. Ei aita see kui ma hiljem ennast õigustan, et ma ju nii vähe olen etteheiteid teinud, vaata kuidas teised riidlevad. Teie abikaasa kannatustekarikas oli juba enne Teid täis saanud, sellepärast ta valiski sellise kaaslase eluteele, kes vähem riidleb.

Iga naine peaks teadma, et ta saab mida tahab, isegi kui ta seda mõttes soovib, seepärast peaks iga naine selgelt ja targalt formuleerima oma õiged mõtted. Paraku on mõtlematus tänapäeval moes nii naiste kui ka meeste seas. Et praegune inimene ei oska õigesti mõelda ja oma vigu parandada, seda tema keha ei arvesta. Keha teab ainult ühte: *kui stress on temasse võetud, siis ta peab seda uuesti ligi tõmbama, et tekiks haigus või mõni elukatsumus, millega seoses inimene järelduse teeb, et see on nimelt sellest stressist.* Nii õpetab keha inimest. Keha iga märguannet peaks õppima mõistma, siis on kogu elu korras.

Tütar reageerib ema hirmuseinale teisiti. Tema enda hinges on armastuse allikas ja kui ema on talle haiget teinud, siis ta kaugeneb rutem, sest tema elu ei sõltu emast. Tema ainult tahab väga-väga armastada seda ema, kelle ta on ise suure armastusega valinud ja keda ta kõige rohkem on vajanud. Tema hirmust blokeerunud peake ei suuda takistajat mõista ja ta hakkab armastust ära teenima: muutub paikeseks, sõnakuulelikuks, usinaks, kohusetundlikuks ja võib käia nii kogu oma elu nuttes, et teda ei armastata. Või läheb armastust mujalt otsima, muutub hukkaläinuks, prostituudiks vms.

Ja kõik see kohutav elutraagika on sellest, et inimene ilma armastuseta elada ei saa, aga hirmu blokeeringut eemaldada ei oska.

Loomad ja loodus on madalamad eluvormid, nende armastus voolab ilma takistuseta ja inimene püüab looduses hingevalust vabaneda. Ärge mõistke valesti, et armastus tuleb ainult ema ja naise hingest.

Kui inimene andestab oma hirmule, et *mind ei armastata*, siis ta avab enda ka looduse armastusele. Seda on piisavalt palju, et elada, rahuneda, mõtlema hakata.

Aga inimesel on tarvis, et KÕIK teda armastaksid, vastasel juhul ta ei ole inimene, seepärast tuleb ta ikka ja jälle omasuguste sekka ja ahastus suureneb. Ta hakkab nõudma, tujutsema, süüdistama, trotsima, tigetsema, armukadetsema jne. mõistmata, et see kõik on vägivald, millega armastust ainult eemale saab peletada.

Kes tahab, et teda armastatakse, see peab teadma, et **armastust tõmbab ligi ainult armastus**. Ainult sarnane tõmbab sarnast. Vabastage oma armastus hirmuvangist, siis saab Teid armastada.

Hirm, et *mind ei armastata* blokeerib ära IV, V, VI ja VII tšakra (armastus, suhtlemine, lootus, usk). Sageli on need inimesed nii blokis, et nad eitavad sellist hirmu. Aga kui teine tema kõrval oma hirmu vabastab, siis toimib see ka esimesele ja tal tekib rahunemine. Tasapisi tekib ka

avanemine heale. Rõõm on hiljem mõlemapoolne. Kes näitab näpuga teisele ja nõuab, et *las teine alustab, teine on ju süüdi*, teadku, et teine tuli minu tellimust täitma. Mina oma hirmuga vajasin hirmutamist.

Paljudel inimestel on hirm hirmu tunda, seda tunnistada. See oleks nagu kellegi süüdistamine. Kuulmis- ja nägemishäiretega mees hakkab kohe oma stressile vastu vaidlema, sest ta ei taha, et keegi ütleks ta armsa naise kohta halba. Hirm on nii blokeerinud pea, et ta ei märkagi, et sõna "naine" on üldistatud naissoo mõiste (kahjustus on paremal kehapoolel) ja tal ei tule pähegi, et tal on olnud ema, tädi, naiskolleegid ja endised kallimad, kes on haiget teinud. Ilma põhjuseta ei kao ära nägemine ega kuulmine.

Kui organ on haige, siis küsige alati:

- Missugune hirm blokeeris organi tahte teha tööd?
- Mida ei taha silm näha?
- Mida ei julge kõrv kuulda?

Aga võibolla on Teil hoopis kasulik veidi haige olla... Ainult ärge unustage, et elu on edasiliikumine ja samane tõmbab samast - haigus areneb kui tuli tuha all.

Mõelge loogiliselt, Te leiate põhjuse. Eitada on lihtne, aga keha sellest ei parane. Te võite stressi eitada, aga keha jaatab niikaua, kuni Te teda ei vabasta. Keha ei vaja õigustusi, selgitusi, põhjendusi, ta vajab vabadust! Keha keel on loogiline (vaadake eespool asuvaid stresside paigutuste tabeleid).

Vastuvõtule tuli ilus noor hoolitsetud naine pingutatult meeldiva käitumisega, lihvitud naiselikkusega. Ta ei mõistnud, et ta põhiolemus oli looduse kingitusena isegi naiselik ja armas. Ülelihvitus oli hirmust, et *teda ei armastata.* Niikaua, kuni ma kuulasin tema eksirännakuid arstide vahel, kuni leidis selle kõige nimekama, kes pooleks aastaks haiguse välja ravis, oli meievaheline suhtlemine tema poolt vaba ja särav. Ilus on vaadata inimesi, kes on õppinud käituma, aga piin on vaadata inimest, kes iseennast petab.

Tema pöördumise põhjuseks olid peavalud ja günekoloogilised haigused, mille tõttu isegi onkoloogilist patoloogiat oli kahtlustatud. Oma kõrges ametis on ta peremees ja tunneb, et ta haigused on tööga seotud. (Tunded on õiged, aga mõtted on valed.) Ei julge uskuda, et leiaks teise töö, kus ta nii suur peremees saaks olla.

Püüdsin haiguste põhjusi selgitada.

Peavalusid põhjustab hirm, et *mind ei armastata*. Ta ei lõiganud minu selgitust pooleks märkusega, et ma eksin, et temal seda hirmu ei ole. Ta oli tänapäeva ideaalse ärinaise väga vaoshoitud ja lihvitud käitumisega mõistmata, et see kõik on selleks, et mind armastataks - hirmust, et mind muidu ei armastata. Peremehetsemine = võimutsemine mehe kombel, et ülemustele meeldida ja hirm olid peavalude põhjuseks.

Parema munasarja tsüst kadus peale seda kui hea arst oli ravinud. Eraarst tähendab tänapäeva inimesele majanduslikku jõukust, isegi kui ta seda kaugeltki ei ole. Usk heasse arstisse rahustas = võttis hirmu vähemaks ja tsüst resorbeerus - kadus. Aga tsüsti põhjus ja liited jäid. Põhjuseks on hirm, et *teda süüdistatakse, et ta ei oska oma tööga toime tulla, ei oska majandada*. Peenemas kõnepruugis oleks see vist nii: *ma olen lugupeetud inimene lugupeetud firmas ja ma tohi endale lubada firma head nime määrida. Mul ei ole õigust teisi alt vedada.*

Liited = kramplik kinnihoidmine oma arusaamadest, oma tõekspidamistest. Blokis peaga inimene seda teisele ei tunnista, hea kui ta seda endalegi tunnistab.

Selle inimese keha tuletab talle oma haigustega sageli meelde: "*Palun vabasta oma stressid, siis saad täpselt sama tehtud ilma pingeta, ilma haigusteta, ilma liigse jõukuluta ja mis põhiline - naise kombel, sooja armastusega, mis ei tee kellelegi haiget!*"

Rõhutan uuesti:

Looduses ei ole süüd, on vead. Viga on hea, sest sellest õpitakse.

Viga tuleb parandada, et kehale tõestada, et ma teda armastan ja olen targemaks saanud.

Süütunded on inimese väljamõeldis, aga ka nemad ootavad vabastamist.

Laste süütunded saavad alguse juba emaihus. Kui laps vigastab sündides ema, olgugi, et ema selle ise oma hirmudega sünnitusteid spastiliseks tehes põhjustas, võtab laps endasse süütunde - ta on kõige kallimale haiget teinud. Iga vahelesegamine sünnitusse, ka meedikutepoolne, võib suurendada lapse süütunnet. Selline laps vaatab pelglikult oma ema, peab õigustatuks ema negatiivset käitumist, mõistmata, et temast on saanud ori, kes teisi oma alandlikkusega ärritab. Eneseväärikat ema võib selline laps marru ajada.

Tütre süütunne ema ees sunnib ema probleemid endasse võtma, aga nüüdsel ajal torkab silma ainult ema elu raske majanduslik pool vähemalt

kõike nii põhjendatakse. See on nüüdsel ajal juba väga noorte, isegi alla 20-aastaste naiste emaka kasvajate põhjuseks. Ja see ei ole sugugi vaeste inimeste probleem.

Neidudel, noortel naistel katkeb menstruaalfunktsioon või on sigimatus. Põhjuseks on samuti süütunne ema (ka isa) ees, hirm, et *mind ei armastata kui ma mõistlik ei ole*. Mõistlik olen ma siis kui ma raha ei raiska, kuulan korralikult sõna ja oma vanemate majandusmuresid kogu aeg kaasa muretsen. Hea laps teeb ikka nii. Ainult hea lapse keha ei suuda funktsioneerida kui energia on blokeeritud hirmust majandusprobleemide pärast.

Üks hoolitsev vanaisa tõi mulle oma tütrepoja pildi. 17-aastane noormees oli kukkunud 4. korruselt alla ja lamas vaagna ja jalgade hulgimurdudega juba kuus kuud haiglas, aga luud kokku ei kasvanud. Tekkis hoopis luupõletik. Noormehe trauma algpõhjuseks oli hirm, et *mind ei armastata*. Ainult see stress saab blokeerida pea, ainult see stress kutsub esile arutuid tegusid - niisama lihtsalt 4. korruselt alla ei kukuta! Vaagen = pere. Lõhutud vaagen = lõhutud pere. Jalgade üle valitseb hirm majandusprobleemide pärast. Noormehe vanematekodu tülid ja pahandused majandusprobleemide pärast, nüüd veel lisakulutused tema haigusega seoses ja tagajärjeks on luud, mille paranemisenergia oli blokeerunud.

Kui vanaisa nädala pärast lapselast vaatama sõitis tuli poiss talle koridoris karkudega vastu ja kojusõidu plaan oli ka peetud.

Suure süütundega inimesele võib iga sõna tunduda etteheitena = süüdistusena. Sage solvumine, sõnatu tüli või enesesse tõmbumine = kaitseasendi võtmine, pidev pinge = hirm, *mis mulle öeldakse?*, hävitab normaalse suhtlemise. Selline laps kasvades kasvatab ise oma süütunde elu segavaks stressiks. Noorte suhtlemine on raske, eelarvamuslik. Hirmust, et *mind ei armastata* on suhtlemine blokis, aga teine nimetab seda rumaluseks, matslikkuseks jne. Pettumused ja kibestumine kuhjuvad, aga suust võib tulla selline jutt, et pärast on endal ka häbi. Tekib irdumine omavanustest, eraklus.

Hirm, et *mind ei armastata* blokeerib pead, kaela, õlgu, turja, käsi, selga kuni III rinnalülini k.a. ja põhjustab:

- kõiki füüsilisi haigusi selles piirkonnas;
- kõiki psühhiaatrilisi haigusi;
- kõiki psühholoogilisi kõrvalekaldeid:
    1. tasakaalutus;

2. kontrollimatu arutu käitumine;

3. mälu häired;

4. madal omandamisvõime nn. *puupea* lastel või sklerootiline mälunõrkus vanadel;

5. ükskõiksus enda ja teiste vastu;

6. lootusetus;

7. kangekaelsus;

8. usu puudus heasse;

9. kõiges halva otsimine ja nägemine;

10. ülinõudlikkus, ülirangus;

11. enda võimalike vigade absoluutne eitamine.

See inimene ei saa aru mis on tõeliselt hea või halb. Kui inimest blokeerib hirm, et *mind ei armastata*, siis kõik läheb vastupidi vajadusele. Isegi kui enda meelest saab kõik hästi tehtud, siis teiste meelest mitte. Sellele inimesele ei saa tulla tunnet, et kõik on hästi, tema vajab ju hirmu, et *mind ei armastata.* Kasvades tekitab see hirm ülejäänud stresside vallandumise.

Inimesel on üldse kolm põhilist stressi: **süütunne, hirm, viha**.

Kõik ülejäänud stressid (näiteks: mure, pahameel, ahastus, trots, vastutustunne jne.) saab taandada põhistressiks. Stressil on oma keel: mida keerukamad stressid inimesel on, seda rohkem on inimene haridust saanud.

Kuna sarnane tõmbab sarnast, siis süütunne kuhjudes kasvab üle hirmuks, hirm kasvades tekitab viha. Viha hävitab inimese.

Pahasoovlik viha tekitab vähki.

Vähk paraneb, kui inimene vabastab endast kõigepealt hirmu, et *mind ei armastata*, siis on organile iseloomulikku stressi vabastada juba kergem.

Näiteks:

- peaaju vähk - hirm, et ei armastata,
- maovähk - sundimine,
- rinnavähk - mehe süüdistamine, et ta mind ei armasta,
- eesnäärme vähk - hirm, et mind süüdistatakse, et ma ei ole õige

mees.

Need on konkreetsed näited neist, kes on paranenud. Kõik need põhistressid olid juba nii suureks kasvanud, et olid inimese tigedaks teinud. Kõik paranenud olid oma põhiolemuselt väga head inimesed, väga töökad ja kohusetundlikud hirmust, et *muidu mind ei armastata*. Nende töökus ja korra-armastus olid muutunud lausa patoloogilisteks - tüüpilised maailma-parandajad arvavad ikka, et ilma nendeta või vähemalt ilma nende piitsata jääb ilmaelu seisma. Ainult et armastust nad ei tundnud, nad olid armastuse orjad mõistmata, et orjale ei saa ju aitähh öelda. Ori tahab tunda hirmu, et *mind ei armastata*. Luhtunud eesmärgid ajasid vihale, tekitasid vähi.

Haiguse areng.

Patoloogia ei teki kunagi tühjale kohale. Kui me märkaksime keha märguandeid, siis haigust ei tekiks. Kui me mõtleksime õigesti, siis poleks hädasid. Inimese keha on ta suur sõber, kes kunagi ei jäta midagi kahe silma vahele, kes informeerib kõigest ja alati.

Vähesest kasvab alati suur:

1. etapil, kui negatiivsus on veel vähene, tunneb inimene raskustunnet, ebamäärast vaeva, puhituse tunnet jms, seda kõike eriti õhtuti, aga keegi pole võimeline midagi leidma, ravimisest rääkimata. Hea kui simulandiks või neurootikuks ei peeta.
2. etapil, kui keha näeb, et stressi ikka ei vabastata, peab ta stressi negatiivset energiat kontsentreerima, et inimene seda veel juurde saaks koguda. Ta ei saa stressi väljapoole keha piire ju paigutada. Sellest tekib juba nähtav või tuntav turse.
3. etapil ikka stresse kuhjates ja tihendades, et ära mahuks, tekivad juba vedelike kogunemised õõntesse, organitesse ja tsüstid - healoomulised kasvajad.
4. etapil algab juba tihedamate kasvajate tihendamine.

Siin on tavaliselt lisandunud viha. Adenoidid ja polüübid on sagadasemad ja rahvale tuntumad limaskestade uudismoodustised.

Healoomulised kasvajad võivad muutuda laudkõvaks ja kasvada gigantideks, aga kui inimeses ei ole pahasoovlikku viha, siis vähiks nad ei muutu.

NB! Põhjendatud viha on ikkagi viha.

Põhimõtteliselt sama on ka rasvtõve tekkimise mehhanism.

Kui inimene võtab endasse stressikoorma, tahab kõigist muredest ennastsalgavalt välja võidelda, siis ta vaid läheb paksuks, aga mured aina kasvavad. Ei aita peened dieedid ega kallid moodsad lahjendamistabletid. Kui inimene teeb kuuajalist näljutamise kuuri, aga samal ajal juhtub ta äriga äpardus, siis ta võtab kaalus hoopis juurde. Keha aitab oma suur-olemisega tugevam olla. See, kes tahab eluga rinda pista, peab olema suure rinnaga.

Kes vabastab oma hirmud majandusprobleemide ees, oma tahtmise valitseda elu ja inimesi, mis siis, et ta teeb seda õilsatel eesmärkidel, see saab ka liigsetest kilogrammidest lahti. Võitlejatüüpi inimestel on seda väga raske teha, nad on ju harjunud, et nende võitlust on krooninud edu.

Paksu nahka kasvatavad kõike-kannatajad kuuluvad ka siia kategooriasse. Nemad on betoonmüüri tüüpi passiivsed võitlejad. Nende hirm, et *mind ei armastata*, mis neid sunnib nii kannatama ja kõike enda turjale võtma, on tavaliselt eriti alla surutud.

Olen õpetanud hirmu vabastama nii:

Kujutage ette, et Teie ees on hirm, et *mind ei armastata*.

Ta võib olla iga päev erinev, tekitada Teis erinevaid emotsioone. Aga Te teate, et see on Teie hirm.

Nüüd Te hakkate temaga rääkima kui sõbraga, kes on tulnud Teid õpetama:

Ma annan sulle andeks, et sa minusse tulid.

Ma tean, et sa oled tulnud mind õpetama, sa ei ole mu vaenlane. Ma tänan sind, ma olen targemaks saanud, nüüd võid ära minna. Anna mulle andeks, et ma sind nii kaua olen enda sees vangis hoidnud, olen su vabadust piiranud (iga energia vajab vabadust).

Ma annan endale andeks, et ma su endasse võtsin, et ma varem teisiti ei osanud.

Kallis keha, anna mulle andeks, et sulle hirmuga, et mind ei armastata *olen sulle otseselt ja teisi stresse tekitades halba teinud.*

Korrake! Korrake! Korrake!

Järjest rohkem sügavuti minnes. Järjest rohkem lisage oma mõtteid,

rääkige oma stressiga - mida südamlikumalt, seda parem. Kui tahate ravida väikelast, siis võtke kontakti tema vaimuga nii, et ema koos lapse vaimuga annab andeks lapse hirmule, et *mind ei armastata*. Selleks kujutage ette, et lapse vaim on Teie juures, ta kuuleb-näeb-mõistab kõike ja Te koos temaga annate andeks kõikidele stressidele järjest. Alates 3. eluaastast saab laps sellega ise hakkama ja tegeleb andestamisega meelsasti iga päev. Invaliidistunud laste vaimud kardavad sageli paraneda, siis teda äkki enam nii ei armastata kui praegu.

Praegu hoolitsetakse, hellitatakse, ta on tähelepanu keskmes, seega armastatakse. Ta on eelmises elus elanud üle nii tugeva armastuse puuduse kriisi, et on oma hirmu sellesse ellu kaasa toonud. On lapsi, kelle hingevalu on nii suur, et ta on muutunud kangekaelseks ja tigedaks. Sel juhul võib ema ise andestada stressidele nagu väikelapse puhul, niikua kuni laps muutub.

Paljud lapsed kardavad ema (isa), mõned julgevad seda ka öelda.

Milles on asi?

Laps vajab oma ema armastust, aga tahab emale, kui emal on halb, oma armastust ka anda. Ta peab ema biovälja tulema läbi hirmuseina, aga laps on tundlik ja sein hirmutab teda. Mida paksemaks sein kasvab, seda rohkem laps kaugeneb ja varsti enam ei tule, muutub apaatseks, nüriks, nutuseks, haigestub. Kui ema nüüd lapse sülle võtab, siis puhkeb lohutamatu nutt, mis ei taha lõppeda ja mida ei oska sõnadesse panna. Heal juhul ema tunneb, et laps peab saama välja nutta. Halval juhul ema ärritub, riidleb, kutsub korrale, tõukab endast ära - mis sa oled nii paha, ma ei taha sellist.

Praeguse aja laste hingehaavad on sügavad!

Kasvades muutub selline laps alandatuks, edasi tigedaks, hakkab kätte maksma. Tema negatiivsus kasvab vanemate omast suuremaks.

Võimukas "*korra majja löömine*" vanemate poolt on tavaliselt korralageduse põhjustaja. Tavaline vanematepoolne eneseõigustus on: "*Mul on kaks last, kuidas üks on korralik, aga teine ei ole?*"

Kallid vanemad! Tuletage meelde, kuidas te oma lapsi sigitasite. Võibolla ühte sigitades läksite kui tuvikesed teineteist armastama, teist sigitades olite just riiu lõpetanud ja läksite voodisse leppima, endal veel pahameel lahtumata. Sellise "*tervitusega*" astus ta oma elu ukselävele... Laps on kodu peegel. On olnud, on ja jääb! Kõige suuremad stressid saab laps sigitamisel. Tuletage see aeg meelde ja paluge lapselt andeks.

Samuti vabastage teised stressid. Kui põhistressi vabastamise ajal tuleb

Teile meelde mingi möödunud negatiivsus, siis vabastage ta kohe, ega ta ilmaasjata just nimelt praegu meelde ei tulnud. Siis tegelge edasi põhistressiga.

Kuna igal inimesel on kõik need põhistressid olemas, siis on igat inimest kerge süüdistada, hirmutada või vihastada. Kui alusetult süüdistatakse, aga pärast tõestatakse süü alusetus, on ikkagi stress oma töö teinud. Kui Te ei tunnista, et see suurendas süütunnet, siis ometi vihastas või hirmutas ja see ongi tema toime.

Kui hirmutada, siis see ei tarvitse suurendada ainult hirmu, see paneb kahtlema (süütunne+hirm) või vihastama (mis õigust on teisel nii käituda?).

Inimene tõmbab endasse stresside massi, kurvastab ja on õnnetu, et tal viltu veab, et tal on halb. Otsib süüdlasi, leiab, nutab enesehaletsusest või saab kurjaks süüdlasi avastades, aga abi sellest kõigest ei ole. Ei saagi olla, sest põhjus on likvideerimata. Hirm, et *mind ei armastata* ajab pea paksuks, paneb ta valutama, tõstab vererõhku, teeb nukraks, tekitab elutüdimuse, aegajalt rabab iseennast vihahoogudega, mis hiljem kahetsuseks vaibub ja hingevalu aina süveneb, kui ei vabane hirm, et *mind ei armastata.*

Lõputu variatsioonide hulk, kus arvestatakse, kardetakse, peetakse tähtsaks jne. teise arvamust, ei suudeta kohaneda, ongi lihtsustatult hirm, et *mind ei armastata.*

Rõhutan veelkord, et inimeses on kolm põhistressi, mis vallandavad hirmu, et *mind ei armastata.* Ülejäänud stresside mitmekesisus on taandatav neile. Kelle pea vähegi suudab mõelda, see mõistab, et see on nii.

Mida keerukamaks inimene oma stressid teeb, seda keerukamaks läheb haigus. Blokis ajuga inimene ei oska stresse lihtsustada, ei oska lihtsamalt mõelda. Olete ju kuulnud, et tõeliselt tark väljendab end lihtsalt ja väliselt tark teeb jutu võimalikult keerukaks, tal pole asi endalegi selge.

Matemaatika ülesanne tuleb ka lihtsustades = taandades välja. Meie keha ootab meilt siirust ja ausust, ka siis kui mujal oleme sunnitud teatrit tegema. Aga kui me tahame loodusega vägikaigast vedada, siis loodus jääb peale.

Alles siis, kui inimene stresse vabastama hakkab, mõistab ta missuguseid enda elu raskendajaid ta kaasas kannab. Iga negatiivne mõte, mälestus või tulevikuhirm vajab vabastamist, ega ta ilmaasjata Teisse ei tule.

Midagi ei ole juhuslikku. Oma mõtetega tõmbab inimene endale just selle olukorra, mida õppimiseks vajas. Ja kui see oli halb, siis tuleb sellest

järeldus teha ja enda mõtteid juhtima hakata.

Tudengineiu, kellel oli väga sageli nohu, õppis andestama solvumistele, et nohust ruttu vabaneda. Nohu möödus kiiresti, aga kordus varsti jälle. Tüdruk oli noor, ilus ja tark. Aga noormehed teda ei näinud - hirmusein, et *mind ei armastata* ei paistnud läbi. Nagu ta hakkas vabastama oma hirmu, nii muutus kõik. Nagu ta ise ütles: *sain tatisest ninast lahti ja armastus tuli ka kohe.*

Leebe inimene, ise silmad vees, ütleb: "*Ma ei tunne hirmu, vähemalt minuni see ei jõua. Aga pinge on küll, kuidas siis ilma saab!*" Kulla inimene! Pinge, mis sunnib Teid pidevalt kramplikult sadulas püsima ongi hirm, et *mind ei armastata*. Te teete seda, et teistele meele järgi olla. Sellel inimesel on lisaks põhistressidele hirm hirmu tunda.

Kes eitab oma põhistresse, see arvab end väljaspool inimkonda olevaks.

Kellel ei ole hirmu, et *mind ei armastata*, seda armastatakse. Aga armastus - see on kõik hea: ka tervis, edukus, jõukus, õnn.

Ja kõige tähtsam - vaimne avanemine.

Inimene, keda ei blokeeri hirm, et *mind ei armastata* hakkab nägema elu tõelisust. Ta hakkab nägema head ja halba nende õigetes suhetes. Elu muutub sellele inimesele mõistetavaks ja hingerahu pakkuvaks.

Selle inimese ellu juhitakse ARMASTUS.

Hirm, et *mind ei armastata* vallandab lapsel stresside ahela. Sünnil saadud süütunne ema ees, edasi süütunded valedest tegudest, aga sellisel lapsel läheb kõik ikka risti vastupidi, tekitavad süütunde kriitilise kuhjumise.

Süütunne kasvab üle hirmuks - *mis saab, ma olen ju halba teinud?* Hirm tõmbab hirme ligi.

Hirm tekitab kuhjudes viha. **Viha** põhjustab kuhjudes **hävingu**.

Vihal on omakorda arengustaadiumid:

- **Hirmunud viha.**

1. Selle toime on hästi näha tänapäeva lastel, kes nähes vanemate viha, rahulolematust, tülisid jne nähes, kuidas hävitatakse suurimat väärtust, mis üldse olemas on - armastust - püüavad päästa, mis päästa annab. Nad muutuvad rahututeks, närvilisteks, püüavad purustada hirmuseina, et armastus

voolama pääseks, aga nende eesmärki ei mõisteta. Ja lapsed haigestuvad allergilistesse haigustesse. Ükskõik missugune meditsiiniline diagnoos ka pannakse, hiljem kujuneb sellest nahahaigus. Neil on ühine omadus: terveks ravida neid ei õnnestu enne, kui ei ole vabastatud hirmunud viha.

2. Kui lapsel on väga suur hirm, et *mind ei armastata*, siis ta suleb suu, ei protesteeri - pailapsi armastatakse enam - ja saab endale astma.

- **Vihane viha.**

1. Selle toime on praegusaja maailmas väga hästi näha - kõik sõimavad kedagi sõltumata ajast, kohast või eneseväärikusest. Kõik otsivad halba ja leiavad. Leidja saab sapikivid. Vihavaenlaste arvule vastab sapikivide arv. Kirurgid võivad oma operatsioonitehnikat ja aparatuuri täiustades kogu maailma sapipõied välja lõigata, aga viha jääb...

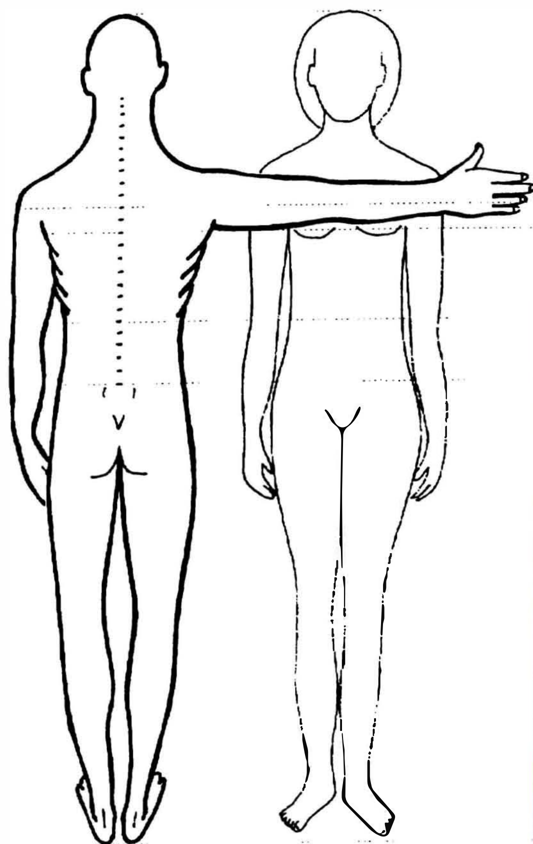
2. Kui inimesel on suur hirm, et *mind ei armastata*, siis ta suleb suu, kannab hinges salaviha ja saab omale neerukivid - märgatavalt raskema haiguse.

- **Pahasoovlik viha.**

1. Kui inimene vannub, neab ja sajatab vihavaenlase nina all, siis tõuseb tüli. Tüli on halb asi, aga tal on hea külg - selgub tõde. Vihkaja saab endale aeglaselt areneva ja kergemini avastatava vähi.

2. Kui inimeses on suur hirm, et *mind ei armastata*, siis ta suleb suu ja kannab oma pahasoovi vaikides, tehes kõigile püüdlikult head. Ta hinges võib olla inimlikult vägagi põhjendatud tigedus, aga tema keha põhjendusi ei vaja. Kui ta ära sureb, siis kõik ütlevad: *"Ilmaelu ei ole õiglane! Halb elab ja õitseb, aga hea inimene peab hirmsates piinades lahkuma."* Inimkond oma hirmust blokeerunud arukusega ei saa arugi, mis on halb ja mis on hea.

Kes vabastab oma hirmu, et *mind ei armastata*, see avastab üllatavaid asju. Selgub, et halb ei olegi enam nii halb ja hea ei olegi enam nii hea. Kõik lihtsalt on oma heas ja halvas, aga see on mõistetav, lihtne ja loogiline. Tulemuseks on hingerahu, elurõõm ja loomulikult tervis.



Kokkuvõtlikult veel hirmudest.

Hirmud teevad haigeks lülisamba. Hirmu iseärasus määrab lülisamba haigeksjäämise piirkonna. Kuna lülisamba kanalis asub peaenergia kanal, siis hirmu toime mõjutab negatiivselt vastava piirkonna organeid.

- Hirm, et *mind ei armastata* - valitseb pead, kaela, õlavöödet ja käsi.

- Hirm + armastus + süütunded - valitsevad seljal kaenlaaugu kõrgusel IV-V rinnalüli laiuselt ja eespool kuuluvad tema võimu alla süda, kopsuväratid ja rinnad.

  1. Hirm, et *mind süüdistatakse, et ma ei armasta* tekitab kõiki südame haigusi. See on praegu tihti nende noorte meeste südamevaevuste tekitaja, kes on oma lapsepõlvekodus pidanud kuulama oma vanemate süüdistusi, kardavad seda ise ja peavad nüüd kuulma sama oma naise suust. Ei pea olema sõnaline süüdistus, samuti toimib kurb nägu, pisar, ohe, kulmukortsutus, isegi kui see on põhjendamatu. Süütundega inimene on hell.

  2. Ise süüdistan, et *teine mind ei armasta.* Kui naine oma hirmuseina taga ei oska mõista, et tema ise ei saada oma armastust mehesse, ega võta mehe armastust vastu, nutab, hädaldab ja läheb armukadedalt tigedaks, siis tal tekib rinnavähk. Ainult pahatahtlik viha tekitab vähki. Aga viha tekib hirmude kuhjumisest.

  3. Hirm, et *keegi kedagi süüdistab, et ei armasta.* See on sageli laste probleem, sest nemad on sunnitud vanemate elu kõrvalt vaatama. Äge tüli kodus ja laps saab kopsupõletiku. Pidev pinge vanemate vahel sõltumata põhjusest ja laps saab kopsutuberkuloosi.

- Hirm + süütunded - valitsevad rindkere alaosa ja ülakõhtu.

  1. Hirm olla süüdi või ise süüdistan. Tekivad kopsukelme, diafragma, maksa, mao ja põrna haigused.

- Hirm + süütunded + majandusprobleemid - valitsevad nimmelülisid. III ja IV nimmelüli on suguelundite lülid. Majandus on looduse poolest mehe osa. Naine on kodusoojus ja armastus. Kes loodusseadusi rikub, see ise kannatab.

  1. Hirm, et *mind süüdistatakse, et ma ei toida peret, et ma ei saa tööga hakkama, et ma ei oska majandada, et ma ei ole õige mees* tekitavad impotentsuse ja teised suguelundite haigused. Sama toime on enesesüüdistusel.

  2. Kui naine ei oska naise kombel majandusasju ajada, siis tal tekivad nn. naistehaigused. Kui naine sekkub mehe tege-

mistesse võimutsevalt, alandavalt, muretsevalt, siis see on mehe mitteusaldamine, mehe alandamine. Kui naine peab ennast tugevamaks = majanduspooleks peres, siis see pere on pahupidi pere. Naiselik naine ei põe naistehaigusi.

3. Majandusega tegelevad naised on sageli lastetud. Kui naine võtab endale liiga suured töökohustused, siis ta vaagen ja alakeha peavad kannatama. Laps on armastus ja teda tõmbab ligi ainult armastus, ema materiaalsed mõtted peletavad ta eemale.

- Hirm + majandusprobleemid - valitsevad alakeha ristluust varbaotsani. Ristluu on seksuaalenergia = kirg.

1. Inimene, kelle kirg on blokeerunud hirmust majandusprobleemide ees, teisiti öeldes: inimene, kes pidevalt muretseb oma rahakoti pärast, läheb voodisse rampraskelt magama mitte seksima. Ainult ta tavaliselt ei saa aru, et sellest tema vaesus aina süveneb.

   Kõik alakeha haigused, olgu see puusaliigeste deformeerumine, luumurrud, veenide haigused, gangreen või lääpatallatud sussid, on majandusmuredest. Mida madalamal - lähemal varvastele on haigus, seda vanem on probleem.

   Kui inimene ei ole vabastanud endast hirmu majandusprobleemide ees, siis tal peavadki majandusmured olema. Kuna enamik tänapäeva inimesi andestamise tarkust veel ei oska, siis on ju loogiline, et majandus peab kriisis olema.

Tavaline reageering siintoodule on, et *ega see nii lihtne ka ei ole kui Te räägite*. Uskuge, kergem on kui Te vabastate stressid ja siis järjest kergemini oma materiaalset elu elate kui, et buldooserina eluraskustest teed läbi rajate.

NB! Mitte juhuslikult ei ole raamatus põhistresse kombineeritud erinevalt.

Igal inimesel on stressid individuaalsed, ainult temale ainuomased. Süütunne, hirm või viha võivad esineda kõikvõimalikes kombinatsioonides, puudutades kõiki ja kõike. Olla väga erineva tugevusega - ebamugavast tundest kuni hävitava toimeni välja.

NÄITEID ELUST.

Näide 1.

Noor naine pea- ja lülisamba valudega. Meditsiiniliselt kaela ja nimmeristluu radikuliit. Röntgenoloogiliselt erinevad nähtavad muutused kogu lülisamba ulatuses. Peavalude põhjuseks on hirm, et *mind ei armastata*. See sunnib teda olema mehe ja teiste inimeste meele järgi, aga see õnnestub järjest vähem. Hirm *olla süüdi* järjest suureneb ja mees leiab, et naine ongi süüdi. Kord ühes, kord teises asjas - kas siis põhjuseid ilmas vähe on?

Luustik = isa.   Lülisammas = põhimõtted.

Luustiku struktuur meenutab sitket savi. Nõrk luustik on inimesel, kelle isa ei ole talle autoriteetne. Isa oleme endale ise armastusest valinud ja isa peab olema autoriteet. Isa võib füüsiliselt olla kasvõi invaliid, aga kui ta on minu jaoks austusväärne, siis on minu luustik tugev.

Kui inimene laseb kellelgi teisel oma isa nime määrida - laseb oma isa autoriteeti langetada, siis ta ise kannatab. Olgu see määrija ema või keegi teine, aga kui mina olen seda enda jaoks teha lasknud, siis on see minu probleem. Inimene, kes tahab näha oma isa (või ükskõik keda) paremas valguses, sellele on isa ka tegelikult parem, või muutub paremaks. Inimese vigu tuleb võtta mõistusega, sest kõigil on vead. Tuleb andestada.

Järelikult:

1. Andke andeks oma isale tema nõrkused, vead jne.
2. Andke endale andeks, et Te isa sellisena olete endasse võtnud.
3. Paluge oma luustikult andeks, et isa madala autoriteediga olete ta nõrgaks, rabedaks teinud.
4. Andke emale andeks, et ta isa autoriteeti on õõnestanud.
5. Paluge oma isalt andeks, et olete kõigepealt tema halba näinud ja teda selle järgi hinnanud.

Lülisamba VI-XII rinnalülini on algav küürselgsus. Põhjuseks - hirm *olla süüdi*.

Nimmepiirkond on nihkunud vasakule. Mees on nõudlik, jätab palju naise õlgadele, et majanduslikku olukorda rutem haljale oksale upitada. Naise hirm, et *teda süüdistatakse, et ta ei tee nii palju kui vaja, et siis teda*

ei armastata kui ta ei tee mehe meele järgi painutab lülisamba jõuliselt mehe poolele (vasakule). See naine on mehe omand.

Selle naise mehel on samuti hirm, et *teda ei armastata*. Ta püüab armastust ära teenida võimalikult palju raha saades. Ta loodab, et kui ruttu heale järjele saab, siis annab perele puhkamisvõimaluse, siis hakkab vaimsete asjadega tõsiselt tegelema. Ta blokis pea ei mõista, et materiaalne heaolu matab kasvades selge silmapiiri ja ta tegelikult mõtleb valesti. Algus on vales otsas. Mehel on südame vaevused, verevarustuse häired, allergia ja astma. Nende põhjuseid ei pea vist enam kordama.

Nende lapsel on alanud toiduallergia! Laps näeb vanemate närvilisust, nende armastuse kadumist valesti rikkuse järele joostes. Lapse keha protest algab toidust, kui kõige esmasest materiaalsest faktorist, mille nimel tema kallid vanemad armastust hävitavad.

Kui nüüd see naine ja mees andestaksid oma kõikidele hirmudele, süütunnetele ja vihadele, siis nad saavutaksid oma eesmärgid ja paraneksid pealekauba.

Mida rohkem inimene otsib halvas head, seda kiiremini ta paraneb.

See, mis on inimese sees, see voolab temast ka välja hirmutamisena, süüdistamisena või vihana ja iga kord iseloomustab ta iseennast, mitte seda, kellele ta mõeldud oli. NB! Hirmust blokeerunud pea ei hinda olukorda kunagi õigesti, ikka risti vastu.

Nii tehakse üksteisele haiget ja suud paotama andeks palumisele ei painduta. Halb **sõna** püütakse hea **teoga** parandada, aga need on eri tasandid, see pole võimalik.

Halb sõna ei ole kunagi ühepoolne, aga see ei õigusta ütlejat. Kes andeks palub, see lahendab konflikti, sest jutuajamisest selgub tõde.

Tänapäeva inimene, eriti eestlane, võib kasvõi viiskümmend aastat solvumist hinges kanda, sest solvaja on vea parandamata jätnud.

Kõik, mis inimene teeb, saab ta topelt tagasi.

Solvatu saab hingerahu kui ta andestab: *"Ma annan sulle andeks, et sa mind ilmaasjata süüdistasid. Ma annan endale andeks, et ma süütunnet endas kannan ja sellega süüdistamist ligi tõmban. Kallis keha, anna andeks, et süütundega ja süüdistamisega sulle halba teen ja teha lasen."*

Näide 2.

Noor mees alkohoolses psühhoosis, kelle rahustamiseks piisas ainult ütlemisest: "*Kulla inimene! Siin ei süüdistata, siin ei karistata, siin ei ole kohtumõistjaid. Te ju tundsite, et saate siit abi kui tulema hakkasite, uskuge alustuseks oma tundeid.*"

Mees oli nii õnnetu, ta on ju nii palju halba teinud, süütunne surus maadligi. Hirm, et *mind ei armastata* sundis teda pidevalt kõigile head tegema. Rahasse suhtus nagu kõige hullemasse, mis olemas on, mõtlemata, et raha on füüsilise maailma üks ja täiesti normaalne osa. See, kes õigel teel raha teenib, teeb õigesti, aga kes sõnades rahasse põlastavalt suhtudes kõigest hingest kõigist tahab üle olla, teeb vea. Mitte rahas ei ole asi.

Hirm, et *mind ei armastata* tingis pideva pinge emaga, perega, ometi tahtis ta ainult head. Väga tundliku inimesena kiirustas ta õhinaga nii ühele kui teisele poole, aga nagu uksest sisse astus nii tekkis trots, rusikad tõmbusid krampi. Oli vaja end pingutada, et mitte naistele kallale minna - nii teravalt tunnetas ta naiste hirmuseina, mis oli ajaga kasvanud põlgavaks suhtumiseks - *mis mees see ka on. Sellele nagunii loota ei ole.*

Alkohol lõõgastas. Lusti ja uhkusega jõi mees end maani täis ja oli rõõmus, et talub nii palju. Blokis pea tagajärgedele ei mõtle. Hingevalu tuli kainena tagasi üha teravamalt ja vajas uputamiseks järjest suuremat alkoholiannust.

Süütunded kuhjusid äärmuseni. Ta teadis oma süüd, otsis kuidas ennast karistada. Oleks elust lahkunud, aga paljude inimeste rahaasjad olid tal korraldamata. Hirm, et *mind ei armastata* = vajadus olla armastatud, võitis.

Tema hirm ja süütunne on pärit nagu kõigil ema ihust. Vajadus oma süütunne lunastada samuti. Nii ta otsiski võimalust end karistada mõistmata, et stressid on vaja vabastada, karistamine ei aita. See õppimata õppetund jääb hingele isegi vabatahtlikult elust lahkudes - tekitab karmavõla. Igas sõnas ja teos tuleb otsida mõtet. Tavaliselt on see sõnade taga, ridade vahel.

Kes maailmavalus vabasurma läheb ei ole oma elu mõtet leidnud, sest tema arukus on blokeerunud hirmust, et *armastust ei ole*. Tema usk, lootus ja armastus on blokis.

Ta oli pärit väga konfliktsest perekonnast. Pidevad julmad kaklused süvendasid kriisi, süütunnet, et tema ei suuda asja parandada. Hirm, et

vanemad ei armasta teineteist on samaväärne hirmuga, et *mind ei armastata* või ma kardan, et *minu vanemaid ei armastata*, kasvas kuni tekkis psühhoos. See, et alkohol seda suurendas on lihtsalt jäämäe nähtav osa.

Laps kannatab puberteedieani otseselt vanemate stresside all, edasi ta hangib juba ise endale uusi juurde.

Kui see mees suudab endast lahti vabastada põhistressid, siis ta vabaneb alkoholismist. Samuti vabanetakse suitsetamisest, narkomaaniast jt. halbadest harjumustest.

Näide 3.

23-aastane vallaline naine emaka müoomiga.

Ravi käigus on olnud üllatavaid müoomi mõõtmete hüppeid edasi-tagasi, sest ta emotsioonid olid väga taltsutamatud. Kogu ta eelneva elu ja raamatupidaja ametitöö vältel on majandusprobleemid olnud primaarsed. Emaga on suhted pingelised siiani. Tahtmine on ema aidata, aga ta ei võta abi vastu, kuigi ise on hädas. Tütar võtab siis süütunnete lunastuseks vähemalt ema mured endasse, kuigi see ei aita. Kannab endas ka ilusaid eesmärke: tal on tahtmine hästi elada, kanda ilusaid rõivaid jne. Ja töötab selle nimel ennastunustavalt...

Ravi ajal on ta teinud enesega palju vaimu vabastavat tööd. Tema iseloomu heitlikkus on kadunud, ta peab end juba tasakaalukaks. Mina veel nii ei arva. Miks? Kõigepealt peaks ta sel juhul olema terve, teiseks puudub tal enesekindlus - selleks see näide.

Ta tuleb järjekordsele vastuvõtule. Näen, et vasak kehapool on energiavaesem, aga äravool on kummaliselt ebaselge. Enne kui ma süveneda mõtlen ütleb ta: "*Ma käisin Tarot kaarditega ennustaja juures!*"

"*Tore! Mis Teile räägiti?*"

"*Esimene kord rääkis, et saan terveks, saan korteri ja armastus tuleb, kui ma ise aktiivsem olen. Teine kord rääkis risti vastupidist.*"

Selge! Ennustaja oli mees, vasaku kehapoole energia äravool on masendus ennustaja jutust.

Mis juhtus? Vaatan esimest minekut. Meeleolu on lootusrikas ja kõigiti positiivne. Ennustaja on heas meeleolus. Kaardid liiguvad hästi, nad näitavad hetke olukorda. See tähendab, et kui naine niisuguse positiivse ellusuhtumisega on, siis ta elus peabki kõik laabuma. Kõik on õige.

Teine kord läheb naine, et samu küsimusi esitada, et ennustaja talle

kõik head asjad veel peenemalt peo peale laoks. Selles soovis on omakasu - siis ma ei pea ju enam ise pingutama, see ümmargune ja ebamäärane asi - Saatus - klaarib minu elu ise ära. See seisukoht on ekslik. Saatus on küll olemas, aga ta pole dogma. Saatuses on meie praeguses elus enda muuta piisavalt palju ja kõik, mida me muudame kujundab meie tulevikku. Kui me andestamisega vabastame mineviku vead, siis sellega parandame automaatselt tulevikku.

See noor naine pettis ennast, tahtis kergema vaevaga kogunenud koormast vabaneda, aga ta vaim ei olnud loobunud õppimast. Hirm, et *mind ei armastata* ei olnud veel vabanenud ja ta ei saanud olukorrast õigesti aru. Ta eesmärk oli ju hea. Ainult ta polnud veel lõplikult mõistnud oma haiguse põhjust ja seda vabastanud.

Elu lahendas tema ülesande üsna üheselt. Kõigepealt läks ta siis kui ennustaja oli pahas tujus. Teiseks tahtis ta teada rohkem kui ennustaja võimete tase võimaldas. Ennustaja sai pahaseks. Ärritatud inimene head tööd ei tee. Tulemuseks oli esialgsele vastupidine jutt - pettumus missugune. Kas kaardid valetasid?

Ei, nad andsid talle eriliselt õige vastuse: *kuna momendil oled sa mugav teiste peale lootja, aga sinu keha vajab ainult sind ennast, siis midagi head sulle praegu öelda ei saa. Kui seda mõistad, siis on hästi.*

Naine ütles, et ta on veel rumal küll ja õpib meelsasti edasi, sest ka ennustajat peab mõistma - ta ennustab ju minule. Ta sai aru, et ise põhjustas halva tagajärje ja pettumus ennustajast pöördus naeruks iseenda üle: *"Ei aita ükski vigur, ma pean ikka veel paremini andestama hakkama!"*

Kui ma andestan, siis ma saan armastada, siis ma olen õnnelik, siis ma olen terve, siis ma olen edukas kõiges!

Näide 4.

Andke mulle andeks selle näite sõnavara, aga selle kujukus on hea õppetund.

Tuli 44-aastane mees, kelle kõrvades oli pidev vilin. Südame vaevusi ta ei kurtnud, aga süda oli ka haige, kuigi esialgu on ta püüdnud sellest veel üle olla.

Mehe kõrvad ei suutnud enam kuulata seda hädaldamist, virinat, nurinat, kurtmist, süüdistamist jne. mida ta igapäeva ametis kuulama pidi.

Ta kartis seda kõike ja kõrvad püüdsid teda aidata mitte kuulda halba. Arstiabi polnud aidanud.

Mees oli äärmiselt sooja armastava ja kõike arvestava iseloomuga. Tema vajadus teisi aidata oli hirmust, et *mind ei armastata* ja süütunnetest. Ta ei eitanud oma stresse.

Aga ta oli kimbatuses - ta mõistis, et stressid saab vabastada ja siis saab häda ära kaduda, aga kellele need õnnetud inimesed oma häda siis kurtma saavad tulla? Nii ta küsiski.

Eneseohverdus on tüüpiline hirm, et *mind ei armastata*. Sellest hirmust blokeerunud pea saab kõigest risti vastupidi aru. Ta tegi enda meelest õnnetutele head mõistmata, et ta tegelikult ei tee head. Hea on see, misläbi keegi ei kannata.

Vaatame probleemi olemust. Iga päev tuleb ta kabinetti inimesi, kes oma solgiämbri ta peale tühjendavad, et siis kergejalgsena tühja ämbriga ära minna ... et uut ämbrit täitma hakata. Kummalgi ei ole sellest tõeliselt hea hakanud - üks on solgiga üle kallatud, teine peab pingutama, et oma ämbrit uuesti täita.

Kui mees vabastaks oma süütunded ja oma hirmu, et *mind ei armastata*, siis ta ei tõmbaks ligi süüdistajaid ega hädaldajaid, ta tõmbaks ligi armastajaid.

Kui vanast harjumusest tuldaks ikka veel solgiämbriga, siis tulija unustaks ämbri ära, ta tunneks, et tema südamesse tuleb jutuajamisest hea tunne - hingerahu. Ära läheb ta juba armastusega, solgiämber ei ole enam nii tähtis. Kui ta veel korra tuleb ja ametnik, kes on veelgi oma stresse vabastanud, mõjub talle veel paremini, siis tekib ta peas juba mingi säde. Ta saab hakata mõtlema, oma probleemidest väljapääsu otsima. Nüüd kõnnib ta kabinetist välja kergejalgsena, hingerahuga ja arukama peaga.

Ja ametnik suudab oma solkimata südameheadust järjest rohkem vajajatele jagada.

Andestamine toimib kindlasti. Aga seda tuleb teha iga päev, nii nagu vanasti oli inimestel hommiku- ja õhtupalve. Tänapäev on nõudlikum, me peame seda tegema teadlikult - andestama endast vabaks halva, et hea saaks tulla meie juurde.

Üks noormees ütles õigesti: "*Kui üks päev olin oma stresse vabastanud, siis mõtlesin, et küll ma olen hirmus inimene! Nii palju oli neid minus. Kui*

ma kaks päeva olin seda teinud, siis ütlesin - Püha Jumal, kas siin lõppu ka on? Kui kolm päeva, siis olin masenduses, ahastuses. Kui kolm kuud olin andestanud, siis ootasin rõõmuga iga vaba hetke, et hakata tegelema oma meelistegevusega. Suuremat hinge kergendajat ja elu korraldajat ei ole ma leidnud. Paremat vettpidavat teooriat ma ei tea!"

Ei ole kerge loobuda vanadest arusaamadest, materiaalsetest õpetustest, aga teadke, et Teid aidatakse, kui Te vaid tahate ja kui tahe on suunatud vaimsele avanemisele.

Inimkond seisab sümboolselt kuristiku äärel. Kes kardavad, need kukuvad alla. Kes vihkavad, need tõmbavad teisi kaasa. Kes andestavad hirmule, nende tee läheb kuristikust üle, kõrgemale, kaugemale.

Lõpetuseks.

Inimese elu on õppimine, elukogemuste omandamine ja õpib inimene läbi halva.

Suure armastusega valib ta ise omale vanemad, sellised, kelle läbi saab ta seda, mida on tahtma tulnud - halba. Mitte sellepärast, et vanemad halvad on, vaid sellepärast, et ta ise tahab just nimelt neid katsumusi, mis ta nende vanemate läbi saab.

Vanemate, eriti ema kohus on õpetada last eluga kohanema. Ema on esimene õpetaja ja õpetada võib erinevalt - hea ja halvaga. Heaga - sõnaga õpetust jagades, halvaga - läbi lapse füüsiliste kannatuste, kuna ema ei ole õigesti õpetanud. Võimalik, et on õpetusega hiljaks jäänud.

Õpetamine peab algama vähemalt momendist kui tulevane ema tulevase isaga tulevast last sigitavad. Nende endi vaimu tarkus on pinnaseks, millest kasvab õige taim, nende tunnete puhtus määrab taime vitaalsuse.

Kõik eluprobleemid, sealhulgas haigused, saavad alguse oskamatusest suhelda, millele järgneb arusaamatus ja kujuneb stress.

Kõik elusündmused on inimesega seotud energiakiirte abil ja iga halvasti mõjuv sündmus on negatiivne stress.

Kõik siin elus on vajalik.

Ei ole head ilma halvata. Mida suurem on hea, seda suurem halb peab teda tasakaalustama. Lapse vaim teab seda ilma tulles ja ei protesteeri, sest Jumalariigi seadused on puhtale vaimule selged. Et täiskasvanud inimene need seadused on unustanud, õigemini mõistusega neid pidevalt alla surub ja vigu teeb, on inimkonna õppetund.

Ilma vastanditeta pole liikumist, paigalseis on häving. Elu liigub võngetena, kus positiivne ja negatiivne vahelduvad.

Iga vaim tuleb ilma halba heastama, mida rohkem ta seda õigesti teeb, seda suuremaks ta saab.

Kõik hea on eelmistes eludes äraõpitud halb ja kõik, mis praeguses elus on mõistetavaks muutunud, on heaks saanud. Aga kõik, mis inimese meelest jääb halvaks, mida ta mõistagi ei püüa, kuna tal on dogmaatiline arusaam halvast, seda tuleb ta omal nahal järgmistes eludes õppima.

Kõiksus on Jumal, väljaspool teda ei eksisteeri midagi.

Kurjus on inimese väljamõeldis, see on negatiivsuse suurendamine ja ise selle negatiivsuse käes kannatamine.

Elu on võitlus, aga võitlusel on positiivne ja negatiivne pool.

Mida suurem on olnud võitlus hea eest, seda suurem on hea juba kättevõidetuna. Ja mida suurem on olnud võitlus halva vastu, seda suurem on halb, kui inimene talle alla jääb.

Kes halva vastu võitleb halvaga, see kaotab, kes heaga - see võidab. Jõu ja tugevuse selles võitluses annab armastus.

Jumalik armastus on loonud jumalariigi, sealhulgas Maa. Kõik mõistuseta olendid ehk meile arusaadavas keeles - loodus - kiirgavad ise armastust välja.

Kõigile jumalariigis on antud teadvus.

Mida rohkem antud, seda rohkem nõutud - Maa ainus mõistusega olend on inimene, tema peab endale antud suurt varandust - mõistust - arukalt kasutama.

Vaim on primaarne, mateeria on sekundaarne ehk tundemaailm on igavene, mõistus on ajaline - ta on piiratud selle füüsilise keha eksistentsiga antud ajas ja ruumis.

Elu areneb madalamalt tasandilt kõrgemale. Kes tahab tõusta, selle vaimsus peab tõusma. Kellele on antud mõistus, sellele on antud ka Jumalik vaba tahe, õigus valida ise oma tee.

Mõistuse abil saab inimene siseneda vaimu, kui ta oma tundeid usub ja õigeks peab. Kes on materiaalses maailmas ja dogmaatilistes õpetustes jäigalt kinni, selle tõus on aeglane, vaevaline ja raske. Kes ajab taga oma õigust, selle tee on okkaline ja lõpeb tupikus.

Raske takistus teel kutsub esile erinevaid tundeid - tavainimesele muret ja viha; vaimus tõusjale rõõmu, sest ta teab - mida suurem raskus, seda suurem vaim.

Kes õpib ära andestamise tarkuse, see saab temast kinnihoidva halva endast lahti ja tema liikumine on vaba.

Andestamine on suurim vabastav jõud.

Tänapäeva inimene ei ole vaba niikaua, kuni otsib ja leiab süüdlasi. Süüdlaseks peetakse teist inimest, harva kedagi muud. Astroloogia on mood ja naerutamise vahend, samal ajal kui peaks olema koolis õpetatav teadus,

mis aitab igal inimesel elada.

Inimene on seotud energeetiliselt silmale nähtamatute niitidega loomadega, taimedega, oludega, sündmustega, probleemidega, mõtetega, lootustega, hirmudega jne.

Energiasideme loob inimene ise, mitte keegi teine ei tee seda. Isegi kui teine inimene kontakti otsib, siis energeetilisse negatiivsesse sõltuvusse jäämise põhjustab inimene endale ise ja ise peab end sellest ka andestamisega vabastama.

Iga kogemus on vajalik kuna õpetab.

Et andestada, peab iseennast tundma. Kes eitab iseenda või lähedaste negatiivsust, selle tee kulgeb läbi isikliku varbalöömisvalu.

Ekslik inimkond käib nimelt sellist teed, kuna ei ava ennast tõelisele armastusele.

Jumal andis meile eeskujuks Kristuse, kes õpetas armastama ja andestama. Arukas on see, kes õpetust õigesti mõistab - tarkus, mis tuleb läbi oma hinge, on õigesti mõistetud.

Seepärast õpetaski Kristus ennast armastama ja endale andestama, et siis oskaks teisi armastada ja teistele andestada ja see teeb tugevaks.

Aga õpetust ei ole inimkond omaks võtnud. Jumal näeb, missuguse kriisini inimkond uuesti on jõudnud ja jälle üritab ta anda meile õpetust, et meid edasi aidata. Seekord aitab ta inimkonna tundlikkuse tõusu abil vaimu avada - sellest nii palju sensitiivseid inimesi. Meie tarkus on Jumala tarkus, Jumala tarkuse tõus on meie tarkuse tõus.

Väga erinevaid vaimuinimesi väga erineval kombel läheneb Jumalikule õpetusele ja kõik on õigel teel, kuigi teise tee aasijad leiavad palju vigu. Igaüks komistab omamoodi, aga kes edasi läheb, see kõnnib kõrgustesse.

Materiaalsus on nagu kaunis loss mäe jalamil, aga mäetipp pilvede sees on temast kõrgem. Terve inimkond on teel sinna mäetippu - enamik küll veel lossi kramplikult kõige väärtuslikumaks pidades, aga igatsuse ja seletamatu tungiga mäeküljel kaugenejatele järele minemas, sest loss on küll ilus, aga vana ja lagunev. Aeg on sealmaal.

Kes veel ei ole leidnud oma teed, otsige ja otsustage.

Võib-olla leiate selle siit raamatukesest.

Väheke endast.



Sündisin 6. aprillil 1950. Keskkooli lõpetasin Jõgeval. 1968 - 1974 õppisin TRÜ Arstiteaduskonnas. 18 aastat töötasin akušöör-günekoloogina. Alates 1991. a. eragünekoloogina. Kolm kuud hiljem käisin 15 päeva parapsühholoogia algkursust kuulamas. Sealt sai alguse tuntav pööre elus. Veel kolm kuud hiljem selgus, et *näen*. Ei taha kasutada sõna *selgeltnägemine*, see ei oleks aus. Kuna sõbrad selgeltnägijad mulle tõestasid, et *näen*, ei ole ma pidanud seda mingiks eriliseks võimeks. Pigem ei oska ette kujutada, mis see tavaline nägemine siis on.

Olin ametitöös arst, kelle kannatlikkust, rahulikkust ja veidrusi haigetega suhtlemisel kasutati töötamise algaastatel heas mõttes ära. Ka silmamõõtu ja ettenägelikkust läks pidevalt tarvis. Teises töökohas, viimased kaheksa aastat, tekitasin oma materiaalseid huvisid ja hirmusid omavatele kolleegidele palju probleeme ning olin sunnitud tavameditsiinist lahkuma. Ju ma ise endalegi märkamata aina rohkem *ära* pöörasin ja iseendas järjest kindlamaks muutusin, Jäär ikkagi. Eraarstist günekoloogina olin Eestis kaheksas litsentsi omav eraarst, maakonnas aga esimene. Must lammas valgete seas.

Olin ja olen. Saatuse mõõk oli tõusnud.

Eraarstina lootsin ometi kord hakata normaalselt ilma pideva väsimuseta ja õigesti haigetega tegelema. Kolm kuud hiljem nautisin kursust nagu sooja vanni, et enne uinumist hingerahu saada. Sain, ainult märkamatult on vannist saanud ääretu vaimuteaduste meri ja kallast ma enam ei näe. Näen, et põhi süveneb ja lained suurenevad. Hirmu õnneks ei ole. Kannatused on hirmu ära lihvinud

Suhted materiaalse maailma raskustega olin lapsest saadik reguleerinud lihtsalt - sundkorras võisin ise teha ebameeldivat tööd või olla väga konfliktsetes situatsioonides, aga paralleelselt olin samal ajal *ära*. Ei näinud, kuulnud, tundnud halba, olin lihtsalt seal, kus mul oli hea. Ma ei juurelnud kunagi, kas see oli fantaasia või unistustemaailm. Kummaline oli ainult see, et ma olin oma materiaalse töö alati hästi ära teinud (mind peeti koolis targaks ja kohusetruuks, kodus sõnakuulelikuks) aga kui küsiti, kas töö on valmis, siis ma olin sageli kimbatuses. Ma võisin teada, et tegema hakkasin, lõpust polnud aimugi. Nüüd tean, et suudan nii ära olla või negatiivse endast nii lahti lasta, et ainult fotosüüdistus tõestab minu kohaloleku.

Kasvasin ateismiusu ajal. olin õppinud, et Jumalat ei ole. Aga kui keegi Jumala üle irvitas, siis oli ta pühaduse rüvetaja. Minul oli endal kõrval tuntav kõrgem jõud, kes toetas, julgustas, kontrollis ja koputas südametunnistusele. Ta oli nimetu. Nime ei ole ma kunagi tähtsaks pidanud, sisu on tähtis. Minu olemise määrasid tunded, teistele oskasin neid materiaalsesse maailma alati ümber panna. Olin sageli rahukohtunik ja vastutaja.

Ei ole juhuslik, et Jumal on viimase kolme aasta jooksul kinkinud mulle üha enam ravijaoskusi just nimelt tunde- ning mõttemaailma lahtirääkimise tasandil. Pean maailmas kõike tähtsaks, ometi on tähtsuselt esimene mõte. Sõna on tema väljendaja füüsilisel tasandil. Mulle on antud õigus ja võime keerulisi asju lihtsaks rääkida. Alates 1993. aastast olen võimeline suhtlema Kristuse, pühakutega jt. Sealt teadvustasin juba selgelt andestuse ja armastuse õpetuse ning inimeste ravimise selle abil.

Kahjuks ja õnneks on ravitulemused ainult siis püsivad, kui inimene mõistab miks ta on haige. Selleks peab ta teadma palju. Mida tervem tahab olla, seda rohkem peab teadma.

1994. aasta alguses kirjutasin esimese kirjatüki *"Armastus, andestus ja tervis."* Ilma nende väheste baasteadmisteta ma inimese ravi ei alusta. Ligi aasta jooksul on mulle antud järjest rohkem teadmisi ja seega võimalusi selgitada haigetele nende häda algpõhjusi. Nimetame neid stressideks. Vabastades stressid andestamise abil, kaob haigus.

Ebaõigele mõttelaadile järgneb väär tegu ja haigus on selle väljendus. Füüsiline inimene suudab mõista, kui talle seda õpetada. Vajalik on vaid tahtmine. Tahe määrab tulemuse.

Kes otsib süüdlast väljaspoolt ennast, see terveks ei saa.

Ennast muutma saab hakata kohe praegu, kunagi ei jää me hiljaks. Ometi on parem kui me teame algpõhjust, siis on tulemus kiirem ja kergem

tulema.

Kõik see kirjapandu peaks Teile teadvustama Teie haiguse päritolu nii, et seda oleks võimalik kohe ravima hakata. Leidke ainult aega loogiliselt mõelda.

Veel tahan ma rõhutada, et antud õpetus on üks paljudest võimalustest. Inimene peab ise leidma endale sobiva. Nad on kõik ühe terviku osad.

Tuletage meelde Kristust, kes tuli inimestele õpetama andestamise ja armastamise lihtsat tarkust, aga keda rahvas oma rumaluses kuulda ei võtnud. Kristlased jutlustavad tänapäevalgi, et Kristus tuli inimesi oma kannatuste läbi lunastama. Aga mis tal muud üle jäi? Rahvas ei mõistnud õpetust omaks võtta, rahvas tahtis, et tema patud olematuks tehakse. Rahvas jätkab pattude tegemist ja aina loodab, et Kristus selle jälle ja jälle lunastab. Aga kas Kristuse piinad võtsid kellegi vaeva ja häda ära? Ei võtnud. Ainult siiras usk andestamisse ja Jumala armastusse aitasid.

Kristus näitas eeskuju. Õpetas elama andestus ja armastus südames. Tema ristileminek näitas vaid kui raske on õpetaja tee. Hinge võid endast anda, aga enne kui igaüks oma risti raskust ei ole kandnud, ei hakka ta mõtlema. Elu ei saa ega tohi kerge olla.

Liialt vähe on 2000 aastat inimkonda targemaks teinud. Õnneks erandite hulk kasvab. Erandid õnnistavad Maad.

Tehke seda Teiegi!

Selle raamatukesega tahtsin anda lühidalt ja lihtsalt teavet, millist ma igale haigele rääkima peaksin. Kui liiga pikk tuli, andke mulle andeks.

Siin on teadmised 1995. aasta märtsikuu seisuga ning mis, Jumalale tänu, iga päevaga arenevad ja täiustuvad.

Hingerahu ja armastust Teile.

Dr. Luule Viilma

Sisukord

AS Trükk. Pärnu. Tell. 1063